€ 1,50
2/08

Grill Zeit

DAS MAGAZIN FÜR GRILLAMATEURE



Gratis Exemplar

Lämmer für Schlemmer

Gasgriller: Qual der Wahl









Kalbstark grillen • Turkey Steaks & Wings • Auf dem Holzweg • Bratwurst-Höhenflüge



Mariniertes Kalbskotelett gegrillt mit Basilikum-Joghurtsauce und jungem Spinat

Zutaten
4 ja! Kalbskotelett
Salz, Pfeffer

für die Marinade
2 EL ja! Pesto Genovese
4 EL ja! Olivenöl
1 EL zerstoßener rosa Pfeffer
1 TL gehackte ja! Zitronenschalen

für den Spinat
300g blanchierter ja! Spinat
1 EL Butter
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

für die Basilikum-Joghurtsauce
1 Becher ja! Joghurt
Salz, Pfeffer,
Spritzer ja! Zitronensaft
1 EL grob geschnittener
grüner ja! Basilikum
1 EL grob geschnittener
roter ja! Basilikum

für die Garnitur
einige ja! Basilikumzweige,
einige rosa Pfefferkörner

Zubereitung
Für die Marinade alle Zutaten verrühren und die Kalbskoteletts beidseitig damit bestreichen. Das Fleisch mit Klarsichtfolie abdecken und im Kühlschrank über Nacht ziehen lassen. Die Marinade mit Küchenpapier etwas abtupfen – salzen und pfeffern, beidseitig grillen. Das Fleisch nach dem Grillen ca. 5 – 10 Minuten rasten lassen.
Für den Spinat Butter in einem Topf bräunen und den Spinat beifügen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
Für die Basilikum-Joghurt-Sauce alle Zutaten miteinander vermischen und abschmecken. Kotelett mit Basilikum-Joghurtsauce und Spinat anrichten, mit einigen rosa Pfefferkörnern bestreuen und mit Basilikumzweigen garnieren.



Inhalt



Kalbstark grillen



Bauchgefühle



Vom Holz geküsst



Wieviel Messer braucht Mann so





Liebe Leserinnen und Leser,

jetzt stecken wir also mittendrinnen im Sommer. Der für uns freiluftige Grillfreunde heuer ja besonders früh und subtropisch begann, sich dann aber als durchwachsen erwies. Nämlich mit ausgesprochen störenden Unwettern. Niederschlag ist jedoch kein Grund, tatsächlich niedergeschlagen zu sein. Denn noch haben wir mehr als die Hälfte der Saison vor uns und lassen uns außerdem offenkundig durch nichts vom Grillen abhalten.
Denn die Branche verzeichnet Rekordumsätze, das Thema boomt. Und wir sind stolz darauf, als auflagenstärkstes deutschsprachiges Schwerpunkt-Magazin an dieser Entwicklung nicht ganz unschuldig zu sein. Gemeinsam mit dem AMA-GrillClub, der inzwischen schon fast 20.000 Mitglieder zählt, widmen wir uns jetzt bereits seit über zwei Jahren und sichtlich erfolgreich dem angenehmen Leben am heißen Rost.

Doch auch, wenn Sie persönlich gerade wieder einmal nicht zum Grillen kommen sollten, können Sie jetzt wenigstens wieder ausführlich darüber lesen – um für das nächste geeignete Grillfest gerüstet zu sein. Deshalb haben wir auch diesmal wieder Experten angezapft, sowie keine Mühen und Selbstversuche gescheut, um Ihnen in der GrillZeit wie gewohnt authentische Berichte, erprobte Rezepte und echte Tipps zu liefern. Wie etwa zum Kauf von Gasgrillern, über das legendäre „Plank Grilling“, die richtige Fleischreifung etc.

Und noch etwas: Sollten Sie bereits Mitglied beim AMA-GrillClub sein, haben Sie jetzt noch mehr Grund zur Freude – andernfalls einen mehr, prompt beizutreten. Denn ab August verlosen wir Monat für Monat unter allen Mitgliedern ein Einkaufsguthaben von € 300,– für die nächste Grillparty. Und vier mal € 50,– obendrein.
Nicht einmal teilnehmen müssen Sie also bei diesem permanenten Gewinnspiel, um Ihre Chancen wahrzunehmen. Dessen Motto also völlig zu recht lautet: Dabei sein ist alles!
Noch dazu kostenfrei und unverbindlich. Also einfach unter www.ama-grillclub.at anmelden und schon flattert Ihnen zusätzlich die nächste Ausgabe der GrillZeit gratis ins Haus.

Eine schöne GrillZeit wünschen Ihnen jedenfalls wieder

Ihr Redaktions-Team & Ihr AMA-GrillClub

Impressum • Herausgeber: produktiv KEG • Redaktion: Nicole Hoffmann, Brigitte Rechberger, Kiki Sabitzer, Claudia Schrutek, Michael Schubert • Produktion: produktiv KEG • Alle: A-2102 Bisamberg, Hagenbrunner Straße 16 • Tel.: 0043/2262/71746-0, email: redaktion@produkt.at, Fax: DW 30, FTP: ftp.produkt.at. • Druck: Goldmann-Druck AG • Grafik: Katharina Biber, Christa Binder • Bildbearbeitung: Rudolf Koch
Redaktionelle Fotos: AMA-Marketing, Outdoorchef, Michael Schubert, Rudolf Stückler, Grandhall, Franz Schaffer, fotolia.com


Qualität · Herkunft · Kontrolle
Dreifach Kontrolliert.
Damit's einfach schmeckt.
Geprüfte Qualität AMA GÜTESIEGEL AUSTRIA
Vertrauen ist gut. Doch dreifache Kontrolle ist besser. Deshalb setzen wir ein Zeichen für beste Qualität, geprüfte Herkunft und unabhängige Kontrollen von Rindfleisch. Damit's einfach zart und saftig schmeckt. Ein Zeichen, auf das dreifach Verlass ist:
Das AMA-Gütesiegel.
FINANZIERT MIT FÖRDERMITTELN DER EUROPÄISCHEN GEMEINSCHAFT
UND MITTELN DER AGRARMARKT AUSTRIA MARKETING GESMBH
www.ama.at



Kalbstark grillen

Idealbesetzung

Kalbfleisch vom Grill adelt jede Grillparty. Es ist nicht nur mager, zart und bekömmlich, sondern gelingt auf dem heißen Rost auch ganz besonders gut.

Text: Michael Schubert



Die meistgegrillten Lebensmittel der Nation? Würstchen, Spareribs, Kotelett und Steaks! Viel zu selten auf dem Rost zu sehen ist dagegen Kalbfleisch. Denn entgegen landläufiger Meinungen eignet sich dieses zarte Fleisch ganz hervorragend für die Garung über der Glut, die ihm ein ganz besonders delikates Aroma verleiht. Und außerdem ist die Zubereitung von Kalbfleisch auch noch recht einfach, sowie alles andere als arbeitsintensiv.

Kalbsbraten auf dem Grill. Das gilt nicht nur für Kurzgebratenes wie Kalbskoteletts oder Steaks aus dem Schlussbraten, sondern auch ganz besonders für den Kalbsbraten, der ausgezeichnet in den Sommer und unter den Deckel eines ordentlichen Grills passt. Dabei muss man nicht unbedingt an den klassischen Kalbsnierenbraten denken (auch wenn diese Idee sicher nicht so schlecht ist), denn auch deutlich günstigere Braten wie eine gefüllte Kalbsbrust oder eine gerollte Kalbsschulter versprechen vollen Erfolg. Und vielleicht sogar noch mehr Staunen bei den Gästen. Wir haben beide genannte Varianten vor ein paar Tagen für Sie ausprobiert und können Ihnen daher brühwarm unsere Erfahrungen weitergeben.



Zum Thema Beschaffung ist einmal prinzipiell zu sagen, dass Kalbsbraten – mit oder ohne Fülle – wohl von den meisten unter uns vorzugsweise fertig gefüllt bzw. gebunden erstanden werden. Das ist gegen Vorbestellung gleichermaßen beim Fleischer, wie auch in vielen Fleischabteilungen der Supermärkte möglich, wo man sogar auf Ihre Vorlieben in Sachen Rezeptur eingehen kann. Und in manchen Märkten zählen fertige, sorgfältig geknüpfte Kalbsbraten sogar zum Standard-Sortiment. Wer jedoch in Sachen Fülle nur auf Eigenbau vertraut, der sollte Folgendes beherzigen: Wird die Kalbsschulter so gerollt, dass sich das Fleisch samt Fülle beim Anschnitt schneckenförmig von außen nach innen windet, muss damit gerechnet werden, dass die inneren Teile wesentlich schlechter durchgaren. Besser ist es also die Schulter gleichmäßig um einen Fülle-Kern zu wickeln.

Fast arbeitslos. Voraussetzung für die Zubereitung eines Kalbsbratens am Grill ist natürlich auch ein solides Gerät mit Deckel. Denn hier sollte man eher von „Barbecue“ sprechen als vom klassischen Grillen. Der Unterschied: Gegart wird nicht direkt über der Flamme, sondern indirekt und nicht glühend heiß, sondern bei sehr verhaltener Hitze von etwa 120 bis 140 Grad. Das aber macht ein guter Grill dann ganz alleine – bis auf gelegentliche Kontrollen und das Übergießen des Bratens mit Saft bleibt der Grillmeister weitgehend ohne Beschäftigung. Langzeitarbeitslos könnte man fast sagen, denn mit Zeit sparen dürfen Sie nicht. Im Grill wird der Kalbsbraten nicht nur deutlich delikater als im Backofen, sondern gart auch deutlich länger als dort. Unsere gefüllte Kalbsbrust – ein Prachtexemplar von gut vier Kilogramm – war erst nach knapp vier Stunden richtig zart und saftig, die gerollte Schulter sogar erst eine halbe Stunde später. Und selbst für die Spareribs vom Kalb, die wir Ihnen bereits in der letzten Ausgabe der „GrillZeit“ vorgestellt haben, sollten Sie gut 90 Minuten Garzeit einrechnen. Verwenden Sie einen Gasgrill, wo der Braten übrigens fast genauso ein schönes Aroma und die typische BBQ-Färbung erreicht wie im Kohlegerät, haben Sie den Vorteil, nicht nachlegen zu müssen. Was beim Kohlegrill (wo in diesem Fall Briketts Verwendung finden) selbstverständlich der Fall ist. Aber bitte schütten Sie die frischen Kohle-Briketts nicht einfach nach, sondern glühen Sie diese extra vor – am besten in einem Anzündkamin. Ansonsten bringen Sie Qualm und unerwünschte Aromen in den Garraum.





Bild oben: Spareribs vom Kalb
unten: Schulterbraten



Kniffe. Da wir nicht auf den feinen Saft des Kalbsbratens verzichten wollen, stellen wir diesen auf einem Bratenkorb (damit der Braten rundum bräunt) in eine Alu-Schale mit etwas Wasser und platzieren das Ganze auf der Mitte des Rostes. Beheizt wird jedoch nur indirekt, also mit Brennern bzw. Kohlebriketts, die sich seitlich der Schale befinden. Und wie gesagt: Nach



einer scharfen Anbratphase, damit sich die Fleischporen schließen, lässt man die Temperatur sehr bald auf 120 bis 140 Grad fallen. Viel darunter wird man mit einem Kugelgrill oft gar nicht kommen, ohne die Glut abzuwürgen. Sollte sich erweisen, dass der Braten so zu schnell bräunt, schlagen wir diesen einfach in Aulufolie ein, die wir erst wieder kurz vor Ende der Bratzeit entfernen.
So lange das Kalbfleisch aber offen vor sich hin gart, übergießen wir es regelmäßig mit dem eigenen Saft, den wir bei Bedarf immer wieder mit etwas Wasser auffüllen, um die Verdunstungsverluste auszugleichen. Das ergibt mit der Zeit eine prachtvolle glasierte Oberfläche mit viel Aroma.
Gewürzt wird beim Kalbfleisch-BBQ nach Belieben und Geschmack, jedoch immer mit Fingerspitzengefühl, da es sehr schade um das sensationelle Aroma wäre, das dieses Fleisch am Grill von ganz alleine entwickelt. Nur mit Salz und Pfeffer sollte man nicht sparen, viel frischer Thymian und/oder Salbei passen genial, aber auch Rosmarin und Knoblauch, sowie sogar so intensive Aromen, wie das der Kapern oder Sardellen.



Würze für Kürze. Bestimmte Aromen vertragen sich besonders gut mit diesem feinen Fleisch, wenn es kurz gegrillt wird. Olivenöl, Zitrone, Salz, Pfeffer und Thymian sind beispielsweise eine Kombination, die genial harmoniert. Die Koteletts oder Steaks eine Stunde vor dem Grillen mit diesen Zutaten zu marinieren reicht vollkommen.

Kalbfleisch darf am Grill auch keinesfalls totgegart werden. Ähnlich wie bei Rindfleisch sorgt ein rosa Kern hier für den richtigen Geschmack, aber auch für den zarten Biss. Denn zu lange gegrilltes Kalbfleisch wird fest und trocken. Richtig ist Ihr Kalbssteak übrigens dann, wenn nach dem (einmaligen!) Wenden klarer Saft aus den Poren der Oberfläche tritt. Jetzt wickeln Sie das Fleisch noch für ein paar Minuten in Alufolie, damit sich die Fasern entspannen und der Saft sich im ganzen Steak verteilt. Dann ist es tatsächlich perfekt.

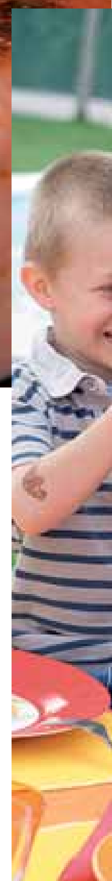
DATTEL-SPIESSCHEN



Sie kennen ja vielleicht schon den delikaten Grill-Appetizer aus Dörrzwetschken und Speck, der die Wartezeit auf den Braten zu verkürzen hilft. Etwas raffinierter noch ist folgendes, sehr einfach herzustellendes „Fingerfood" vom Grill: Nehmen Sie eine große frische Dattel (es kann zur Not auch eine getrocknete sein) und schieben sie den Kern mit einem Holzstäbchen der Länge nach aus der Frucht. Dieses Loch füllen Sie mit einem Stift aus Camembert oder Blauschimmelkäse und umwickeln die Dattel dann mit einem Blatt nicht allzu mageren Rohschinkens. Dieses Päckchen wird einfach auf ein gewässertes Holzspießchen gesteckt und gegrillt, bis es von allen Seiten schön Farbe genommen hat – fertig!


www.radatz.at
RADATZ
Schmeckt
GRILLWURSTPLATTE
Bratwürstel, Käsekrainer, Berner Würstel
Zutaten: Schweinefleisch, Emmentaler, Rindfleisch, Wasser, Kochsalz, Kartoffelstärke, Gewürze, Dextrose, Gewürzextrakte, Stabilisator: E 450, E 451, E 452, Geschmacksverstärker: E 621, Weizenfaser, Kräuter, Knoblauch, Antioxidationsmittel: E 300, E 301, Aroma, Konservierungsmittel: E 250.
Bratwurst: in 100g sind 87% Schweinefleisch, Käsekrainer: in 100g sind 103g Rind- und Schweinefleisch und 20g Emmentaler, Berner Würstel: Hamburgerspeck (20%), Würstel (80%) mit 62g Schweine- und Rindfleisch und 20g Emmentaler, enthalten. Mit Sorgfalt entsprechend dem österreichischen Lebensmittelcodex hergestellt.
℮ 400g
Unter Schutzatmosphäre verpackt.
Preis laut Regal
A-1230 Wien
9 007627 051362
Lagerung bei +2°C bis +4°C
mindestens haltbar bis:
Glutenfrei
Nährwerte in 100g:
Brennwert...1219kJ,290kcal
Eiweiß...16g
Kohlenhydrate...0,9g
davon Zucker...0,3g
Fett...25g
davon gesättigte Fettsäuren...11g
Ballaststoffe...0,1g
Natrium...0,8g
für GRILL
4-6 Min.
3-5 Min.
und PFANNE
RADATZ





Veredelung

Wer anderen eine Bratwurst brät, der hat ein Bratwurstbratgerät. Und nirgendwo wird die Wurst knuspriger und aromatischer als am Grill.

Text: Kiki Sabitzer

Bratwurst-Höhenflüge

Einfach geht es noch dazu. Denn ob Nürnberger Rostbratwurst, Kalbsbratwurst oder Bratwurstschnecke – die meisten dem Grill gewidmeten Würste sind eigentlich schon fertig gegart und müssen lediglich Farbe nehmen und durcherhitzt werden, um auch schon servierfertig zu sein. Aber für Kenner gibt es doch noch lohnenswerte Herausforderungen – nämlich das richtige Garen einer rohen Bratwurst.

Hier fängt die Kennerschaft schon beim Einkauf an: Rohe Bratwürste sind an dem rötlichen Brät zu erkennen, das durch die Haut (zumeist ein sogenannter Schafsseitling) schimmert, ihre Konistenz ist eher weich. Gegarte Bratwürste hingegen tendieren farblich logischerweise ins Weiß-Graue und sind deutlich fester. Rohe Bratwürste sind aber auch um einiges heikler, was Haltbarkeit und Lagerbedingungen betrifft. Hatte es die Wurst zu warm oder überschreitet sie das Ablaufdatum, wird sie nicht nur zum kulinarischen, sondern auch zum gesundheitlichen Risiko. Das ist hier nicht anders als bei rohem Faschiertem.

Ist sie aber frisch, dann kommt ihr fleischiges Aroma besonders gut am (nicht allzu) heißen Rost. Denn auf den Grillstäben erhält sie Farbe und Karamellisierung, dazwischen wird sie von der heißen Luft gebräunt. Überschüssiges Fett kann ungehindert abtropfen, bzw. an der Oberfläche zu einer delikaten Knusperkruste verbraten.

Doch sollte man sich klar machen, dass diese rohe Wurst wesentlich länger – und daher auch langsamer – gegart



werden muss als vorgegarte, um wirklich „durch“ zu sein. Um zu verhindern, dass die Wursthaut dabei allzusehr aufplatzt, sollte man die Haut mit einer Nadel etwas perforieren. Und wer es besonders edel und intensiv im Geschmack mag, sollte einmal die unten beschriebene Methode probieren.

AUGSBURGER BEKENNTNIS



Hier ist nichts Protestantisches gemeint, sondern das Bekenntnis zu einer nahen Verwandten der Knackwurst, die leider immer seltener in Österreichs Wursttheken zu finden ist: Die Augsburger. Wie erstere ist diese eine Brätwurst mit feinem Innenleben, das laut österreichischem Lebensmittelkodex aus mindestens 49 Teilen Rind- oder Schweinefleisch, höchstens 18 Teilen Speck und 33 Teilen Wasser bestehen darf. Zur besseren Bindung kann auch etwas Kartoffelstärke verwendet werden und bei der Würze hat jeder Hersteller so seine Geheimnisse. Wie auch die Zusammensetzung von jedermann gerne nach oben verbessert werden darf und von den besten Produzenten auch wird.

Im Unterschied zur Knackwurst ist die Augsburger jedoch in jedem Fall nicht geräuchert und eigentlich seit jeher ganz speziell zum Braten und Grillen konzipiert. Dafür schmeckt sie dann vom Grill oder auch auf einem zugespitzten Stock über offenem Feuer gebraten besonders gut.



Affineur-Bratwurst. Erhitzen Sie in einer Kasserolle 0,5 Liter von einem guten (wenn auch nicht kostbaren) Weißwein zusammen mit einer ganzen, in Ringe geschnittenen Zwiebel. Legen Sie die angestochenen Bratwürste in den siedenden Wein – sie werden sofort blass werden. Nun sieden sie nur eine Minute weiter, dann wird abgedreht und die Würste ziehen nur mehr etwas. Dabei sollen sie nicht gar werden, sondern lediglich die Aromen des Sudes aufnehmen.
Danach werden die Würste aus dem Sud gehoben, abgetupft, mit etwas Öl bepinselt und sofort auf den heißen Grill gelegt und knusprig gebraten. Der Geschmack dieser „Affineur-Bratwürste“ ist einfach phänomenal.



WURST MIT EHRENKODEX

AMA GRILLCLUB

Der Österreichische Lebensmittelkodex nimmt es in Sachen „Rohe Bratwurst“ sehr genau. Maximal 25 Teile Fett dürfen Sie enthalten, mindestens 55 Teile Schweine- oder Kalbfleisch müssen es sein und 20 Teile Brät. Ausserdem regelt er die recht engen Verkaufsfristen folgendermaßen:

„Rohe Bratwürste sind in mikrobiologischer Hinsicht sehr leicht verderblich und könnten daher nach kurzer Zeit eine unmittelbare Gefahr für die menschliche Gesundheit darstellen. Sie sind bis spätestens am Abend des Tages nach der Herstellung an Letztverbraucher zu verkaufen. Zu diesem Zeitpunkt sind nicht verkaufte rohe Bratwürste in einen solchen Zustand zu versetzen, dass die Abgabe als rohe Bratwürste nicht mehr möglich ist (z.B. durchgehende Erhitzung). Bei tiefgekühlten rohen Bratwürsten und rohen Bratwürsten in geeigneter, luftdichter Verpackung sind längere Haltbarkeitsfristen zulässig!“

WWW.AMA-GRILLCLUB.AT

Lohn der Geduld

Steak-Liebhaber erwarten eine reife Leistung und wissen ganz genau, was sie wollen.



Fünf auf einen Streich. Mit dem Weinviertler Edel-Fleischer Franz Hofmann testeten wir Steaks in unterschiedlichen Reifestufen.

Bereits in der letzten Ausgabe haben wir dem Thema Fleischreifung zwei volle Seiten gewidmet. Um die Unterschiede der verschiedenen Reifungsstadien jedoch grillalltagstauglich beschreiben zu können, blieb uns nichts anderes übrig, als selbstlos die Probe aufs Exempel zu machen. Denn wir wollten es ganz genau wissen. Ob und ab welcher Reifungsdauer spezielle Steaks vom Rind tatsächlich zum Kurzbraten oder Barbecue taugen, welches Fleisch das beste dafür ist und welches Reifungsverfahren jeweils am meisten bringt. Also baten wir den Weinviertler Edel-Fleischer Franz Hofmann, für uns all diese Teile zu reifen. Damit das nicht zu einfach wird, unterschieden wir neben drei verschiedenen Reifezeiträumen auch noch nach Fleischkategorie (Jungstier und Kalbin), nach Teilstücken, sowie nach Reifungsmethode (vakuumverpackt und traditionell). Und brieten uns anschließend unter gleichen Bedingungen insgesamt fast dreißig verschiedene Steaks.

Marathon. Konkret knöpften wir uns nach und nach folgende Teile aus der sogenannten „Pistole“ vor: Den in Wahrheit eher schwierigen Klassiker „Beiried“ (Rumpsteak, Entrecôte), sowie das in Wahrheit wiederum völlig unkomplizierte „Hüferscherzel“. Damit nicht zu verwechseln das „Hüferschwanzel“, die „Schale“ und den „Zapfen“ – allesamt Steak-Aspiranten, die eine gute Fleischqualität voraussetzen, um Grill-tauglich zu sein. Und zu guter Letzt konnten wir es auch nicht lassen, sogar einen Wadschinken auf seine Rost-Potentiale zu überprüfen.



Bei den Rumpsteaks (Beiried) waren bereits signifikante Unterschiede festzustellen.

Die wichtigsten dieser Steaks gab es in Summe in siebenfacher Ausfertigung. Basis war der Jungstier – handelsüblichste aller Rindfleischsorten – mit einer durchaus ordentlichen Vakuum-Reifung von 14 Tagen. Eine Stufe darüber kam das Jungstierfleisch mit 25 Tagen klassischer Reifung (hier wird ein ganzes Rinderviertel im Kühlraum offen „abgehängt“), mit nämlicher Reifung gab es auch eine „Kalbin“, also das weibliche Gegenstück zum Jungstier. Parallel dazu konnten beide Varianten aber auch im Vakuum gereift verkostet werden. Und nach weiteren 20 Tagen Reifedauer kosteten wir Jungstier und Kalbin noch einmal – inzwischen also bereits 45 Tage unter genau kontrollierten Bedingungen gereift. Eine echte Seltenheit hierzulande übrigens, denn im Gegensatz zu

England und den USA ist die Reife als Qualitätskriterium noch nicht wirklich allzu tief in das Bewusstsein der meisten Konsumenten gedrungen.

Steak für Steak. Im Detail ergaben die Eindrücke der Expertenrunde, die wir für diesen Test eingeladen hatten, folgendes Bild:
Bei der Beiried war ganz klar der Unterschied zwischen dem Jungstierfleisch und dem der Kalbin zu „erkauen“. Die Zartheit beim Jungstier stieg allerdings mit Dauer der Reifung stark an, während jenes der Kalbin bereits mit 25 Tagen sehr mürbe war. Das änderte sich natürlich auch nicht nach weiteren 20 Tagen, doch gefiel uns der Geschmack hier am besten bei der mittleren Reifungsstufe, während der Jungstier ganz klar von der Langzeitreifung profitiert und stark aufgeholt hatte.



Wenn der Fingerdruck eine deutliche Mulde hinterlässt, ist das Fleisch reif.



Auch die Beiried (Rumpsteak) muss gut gereift sein, damit man auf dem Teller keine Überraschungen erlebt.

Ähnlich verlief der Test beim Hüferscherzel, wobei hier die Kalbin immer ein wenig die Nase vorne hatte, aber auch schon bei mittlerer Reifung alle Steaks sehr ansprechende Ergebnisse brachten. Lediglich das 14 Tage „junge“ Rindfleisch war für unseren Geschmack noch etwas zu kernig.

Eine interessante Alternative am Grill sind die großen, mageren Steaks aus der Schale, die allerdings ganz besonders viel Reifung brauchen, um mit den Vorgenannten mithalten zu können. Hier lag die Kalbin besonders klar voran, was auch für die saftigen, gut marmorierten Steaks vom Hüferschwanzel gilt. Beide Steak-Alternativen sind aber eigentlich nur wirklich als solche zu empfehlen, wenn Sie von besonders guter Qualität sind. Was in diesem Fall sichtlich sehr viel mit Reifung zu tun hat. Dann aber bringen diese Steaks durch ihren intensiven Geschmack dem Kenner oft mehr kulinarische Freude, als so manches Filet.

Eine positive Überraschung brachte uns der sogenannte Zapfen, präziser gesagt dessen wertvollster Teil, der auch „Rose“ genannt wird und den typischerweise – ähnlich dem Schulterscherzel eine Sehne durchquert. Dieser war tatsächlich bereits im relativ jungen Reifestadium und vom Jungstier ganz ausgezeichnet mürb und saftig, vergleichbar eigentlich dem deutlich höher bewerteten Hüferscherzel, auch oft Hüftsteak genannt (das in den USA übrigens als Rumpsteak bezeichnet wird).



Das Hüferschwanzel ist ein Fall für Kenner und Könner.

GESCHLECHTERKAMPF

Um die Ergebnisse vergleichbar zu machen, hatten Jungstier und Kalbin in etwa das gleiche Schlachtgewicht von rund 360 Kilogramm und entsprachen der gleichen Qualitätsstufe (U3). Während der Stier dieses Gewicht im Alter von 16 Monaten erreicht hatte, war die Kalbin 18 Monate alt.



Der Zapfen ist ebenfalls ein ausgezeichnetes Steak, wenn Fleischqualität und Reifung stimmen.

Während hingegen der segelförmige restliche Teil des Zapfens deutlich mehr Kaumuskulatur erforderte. Natürlich brachte hier die Reifung in Kombination mit weiblicher Herkunft einiges.

Zwischen-Fazit. Wenn wir die Wahl haben, greifen wir für Steaks jenseits des Lungenbratens in erster Linie lieber zum reifen Fleisch und in zweiter Linie lieber zur Kalbin als zum Jungstier. Alternativ dazu kommen selbstverständlich für den fortgeschrittenen Steak-Fan auch andere Premiumangebote am Rindfleischsektor in Frage – etwa Mastochse oder Jungrind, wobei bei Letzterem aufgrund der zarteren Struktur die Reifung nicht so viel Gewicht hat. Die Oberliga des Rindfleischangebotes kostet natürlich in jedem Fall etwas mehr, als der Standard. Beim Kurzbraten am Rost jedoch macht diese Investition sehr viel Sinn, auch weil man sich damit in vielen Fällen den Griff zum Rindsfilet sparen kann, das derzeit preisliche Höhenflüge durchführt.



Ein Experiment der besonderen Art war für uns der Wadschinken (Bild oben), den man sonst hauptsächlich im Gulasch findet, wo er mitunter über Stunden weichgekocht wird. Zwar eignet sich dieses Teilstück auch von der Kalbin nicht wirklich als Steak „a la minute", ist aber trotzdem ein sehr heißer Tipp für den Grill. Denn gut abgelegene, dicke Tranchen oder Stücke aus dem Herzstück der Kuhdamen-Wade lassen sich am Grill langsam und indirekt in rund zwei Stunden zu einem fantastisch saftigen Barbecue-Braten schmoren.

Wiener Schule. Die Ergebnisse unserer Reifungstests haben uns nicht nur die weit unterschätzte Bedeutung dieses Themas für die Fleischqualität bewiesen, sondern unseren Ehrgeiz geweckt, hier noch mehr zu entdecken. Also werden wir schon demnächst mit einer weiteren Versuchsreihe beginnen, die auf alter Wiener Fleischertradition beruht, auf die uns unser Grillprofi und Fleischsachverständiger Johann Stabauer aufmerksam gemacht hat:
Denn Teilstücke, aber auch einzelne Steaks, können unter ganz bestimmten Bedingungen in „Rinderbutter" (also Kern- bzw. Nierenfett) eingelegt werden, um darin unter optimalen Bedingungen zu reifen. Ein etwas aufwendiges Verfahren, das der entsprechenden Rohstoffe, Kenntnisse und Gegebenheiten bedarf, das aber kulinarische Höhenflüge bringen soll. Wir berichten Ihnen in der Herbst-Ausgabe der GrillZeit davon.

SONDERFALL JUNGRIND



Für Verwechslungen sorgen bei manchen Konsumenten die Bezeichnungen „Jungstier" und „Jungrind" auf den Frischfleischpackungen in der SB-Theke. Während ersteres in Österreich die meistverkaufte Standardqualität bei Rindfleisch ist, bezeichnet zweiteres eine echte Spezialität.
Denn „Jungrind" nennt der Fachmann jenes Fleisch, das von maximal 12 Monate alten Tieren stammt, die in der besonders artgerechten Mutterkuhhaltung aufgewachsen sind. Und so die Vorteile von Kalb- und Rindfleisch vereint – also Feinfasrigkeit und vollen Geschmack. Da diese Jungrinder um einiges leichter sind als etwa Jungstiere oder gar Mastochsen, fallen auch die Teilstücke kleiner aus.

In Österreich ist dieses hellrote, fein marmorierte Jungrind-Fleisch in Bio-Qualität unter der Marke „Ja! Natürlich" erhältlich, die für weitere Tugenden der Tierhaltung steht. Die Jungrinder leben beispielsweise während der gesamten Vegetationsperiode – also rund 200 Tage im Jahr - auf der Weide bzw. im Laufstall und ganz natürlich im Herdeverband. Vorwiegend im Nationalpark Hohe Tauern übrigens. Hier ist es Ja! Natürlich zusammen mit den Bio-Bauern auch gelungen, das Pinzgauer Rind wieder heimisch zu machen. Diese Rasse war zuvor schon vom Aussterben bedroht.

Pro Hektar Hofgröße sind nur ca. 2 Rinder erlaubt, daher sind es hauptsächlich Kleinbetriebe mit ca. 10-15 Tieren, die Ja!Natürlich-Rinder halten, somit ist eine intensive Betreuung und Zuwendung gegeben. Ihr Futter ist garantiert biologisch und zu 100% österreichischer Herkunft. Es gibt garantiert keine chemischen Futterzusätze, keine Tiermehlfütterung, keine antibiotischen Leistungsförderer und keinen vorbeugenden Einsatz von Medikamenten.









Wir feiern das internationale Jahr der Erdäpfel!

Lange Zeit galten sie als Essen für arme Leute, bis man erkannte, welch kulinarische Qualitäten im mittlerweile beliebtesten Gemüse Österreichs stecken. Heute haben Erdäpfel die Speisekarten der Top-Gastronomen erobert und erfreuen den Gaumen in geradezu unerschöpflichen Variationen! Denn so vielfältig wie ihre Verwendung sind auch die Erdäpfelsorten selbst: Von den „Speckigen", die sich z.B. für Salate, Aufläufe und Braterdäpfel eignen, bis zu den „Mehligen" für Pürree, Nockerl oder Knödel. Gerade heuer, im von der FAO deklarierten „internationalen Jahr der Erdäpfel", sollte man sich diesen Genuss auf keinen Fall entgehen lassen.

Schlank mit Genuss!

Noch immer kursiert der Irrglaube, Erdäpfel würden dick machen. Dabei haben sie nur 1/5 der Kalorien von Nudeln, Brot oder geschältem Reis! Und das, obwohl sie durch ihre hochwertigen Kohlenhydrate besonders sättigend sind! Außerdem enthalten sie hohe Mengen an Kalium, Magnesium und Vitaminen – insbesondere Vitamin C! Erdäpfel sollten daher so oft als möglich auf dem Speiseplan stehen, um von der Zauberformel für ein gesundes Leben „Obst und Gemüse 5 x am Tag" richtig zu profitieren.

Gut lagern – gut essen!

Erdäpfel lieben es luftig, dunkel und kühl. Ein dunkler Kellerraum mit einer Temperatur von 4 – 6 °C, guter Durchlüftung und ausreichender Luftfeuchtigkeit ist optimal. Beim Einkauf sollten sich Erdäpfel fest anfühlen und eine saubere, braune Schale haben – ohne grüne Stellen! Erdäpfel sind am gesündesten, wenn sie mit der Schale in einem gut verschlossenen Topf mit Siebeinsatz gedämpft werden. Dann behalten sie ihre vielen wertvollen Inhaltsstoffe.

Weitere Informationen erhalten Sie unter
www.5xamtag.at



Das Buch zum Erdapfel:



„Bodenschätze zum Genießen!"
Das neue Erdapfel-Kochbuch umfasst 148 Seiten. Erhältlich ist das Buch unter www.ama-marketing.at im Webshop zum Preis von € 14,90

ERDÄPFELSPIESSE

Zubereitungszeit: 40 Minuten + Marinierzeit: 2 Stunden, für 4 Personen

Zutaten

- 18 kleine Erdäpfel (~ 70 dag)
- 20 dag Schweinsschnitzelfleisch
- 1 roter Paprika
- 1 Zucchino
- 10 dag durchwachsener Räucherspeck in Scheiben
- 2 Knoblauchzehen
- 250 ml kaltgepresstes Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Petersilie
- 1 Esslöffel Kräuter der Provence
- Schaschlikspieße

Zubereitung

1. Erdäpfel in Salzwasser bissfest kochen, schälen und abkühlen lassen.
2. Paprika in kleine Stücke, Zucchino in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Petersilie waschen, die Blättchen abzupfen.
3. Fleisch in mundgerechte Stücke teilen, mit einem Petersilienblatt belegen und in Speck einrollen.
4. Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden. Kräuter der Provence und Knoblauch in das Öl rühren.
5. Erdäpfel, Gemüse und Fleischstücke abwechselnd auf die Spieße stecken. Spieße in eine Schüssel legen, mit dem Öl begießen und 2 Stunden kühl stellen. Dabei die Spieße öfters wenden.
6. Grill vorheizen. Spieße auf den leicht geölten Rost legen und beidseitig knusprig grillen.
7. Die fertigen Spieße etwas salzen und pfeffern, danach servieren.



Ein schöner Rücken kann entzücken. Doch hat das Lamm für den Grillfan wesentlich mehr zu bieten als Koteletts, Krone und Filet.

Text: Claudia Schrutek

Lämmer für Schlemmer

Natur pur – von Massentierhaltung keine Spur. Lämmer aus Österreich werden tatsächlich so naturnah gehalten, wie sonst vielleicht noch Hochwild im Gehege. Denn das Futter der wolligen Wiederkäuer besteht ebenfalls hauptsächlich aus Gräsern der Bergweiden, dazu kommt hochwertiges Getreide aus heimischem Anbau. Der Aufenthalt im Freien ist für die ausgesprochen wetterfesten Schafe die Normalität, der Stall lediglich Rückzugsgebiet für die ganz kalten Tage und bei Dauerregen. Soviel Freiland macht unser Lammfleisch nicht nur ernährungsphysiologisch zu einem besonders wertvollen Lebensmittel, sondern ist auch deutlich zu schmecken: Feinwürzig, dazu zart (weil jung), ist Lammfleisch von Österreichs Bauern heute Haubenkochs Darling, aber auch am Grill des Privatmanns immer öfter anzutreffen.

Österreich führt. Die GrillZeit hat es ja bereits getestet: Neuseeland hin, Großbritannien her – das beste Lammfleisch gibt es vor unserer Haustüre. Denn nicht nur Frische und Qualität sind hier gewährleistet, sondern vor allem auch das sehr junge Schlachtalter der österreichischen Lämmer. Denn während diese bei uns in der Regel bereits mit vier bis sechs Mona-



ten und einem Schlachtgewicht von bis zu 24 Kilogramm auf den Markt kommen, sind Importlämmer oft bis zu zehn Monate alt und entsprechend deutlich schwerer.
Das alleine würde ja vielleicht patriotisch Desinteressierte noch nicht stören, doch hat dies auch deutliche Auswirkungen auf den Geschmack. Denn während beispielsweise Orientalen und Südeuropäer mitunter sogar ein kräftiges Schaffleisch-Aroma durchaus schätzen, liebt der Österreicher es in der Regel zwar würzig, aber mild und ohne Hautgout. Und preislich ist am Frischesektor nicht viel um, die Tiefkühlware aus Übersee sowieso eine Liga unter dem österreichischen Junglamm anzusiedeln. Allerdings auch manchmal preislich. Die Begeisterung mancher Gastronomen für Neuseeland dürfte also eher im budgetären Bereich zu suchen sein.

Brust oder Keule? Meist sind es ja Kotelett, Schlögelscheiben, die Lammkrone oder auch die Rippchen vom Lamm, die auf dem Grill gesichtet werden. Sehr lohnend ist es aber beispielsweise auch, eine ganze Lammkeule unter die Grillhaube zu bringen. Mit dem Knochen am besten, wenn der Platz dafür reicht. Ansonsten eben entbeint und entsprechend zugerichtet. Doch auch manche besonders preisgünstigen Teile vom Lamm sind interessante Kandidaten für den Grill, die noch dazu bei den Gästen erst für respektvolles Staunen und später für Applaus sorgen können.



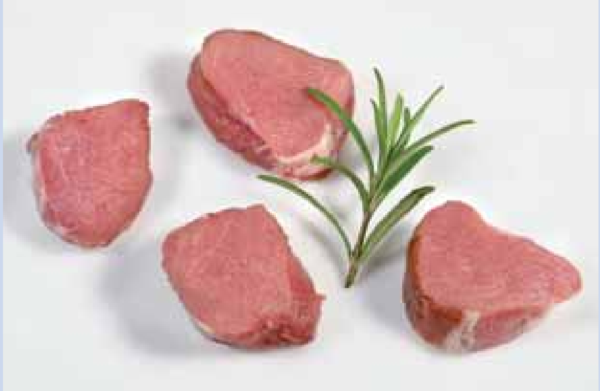




Wir haben einige bewährte Lammrezepte für den Grill ausgesucht, von denen Sie sich in aller Ruhe inspirieren lassen können. Kreative Abwandlungen sind da natürlich immer drin, auch wenn es ein paar würztechnische Grundwahrheiten zum Thema Lamm gibt, die man zumindest kennen sollte. Aus der mediterranen Küche haben sich (viel) Knoblauch, Rosmarin und auch Salbei als ideale Wegbegleiter bewährt. Alternativ oder auch ergänzend dazu finden wir auch die anglophile Kombination mit Minze sehr schmackhaft. Im Orient wiederum werden auch Kreuzkümmel und Zimt gerne für Lammgerichte verwendet. Schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen) sowie nicht zu wenig Meersalz sind ohnehin obligat. Und magere Teile vertragen es auch, mit Speck gespickt zu werden (besonders wenn man sie länger als rosa brät), um nicht trocken zu geraten.

LAMM BRINGTS

Mageres Junglammfleisch enthält pro 100g nur rund 180 kcal, nur 4% Fett dafür aber 20% hochwertiges Protein und eine Reihe wichtiger Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine. Nur 150 g Lammsteak decken beispielsweise bereits ca. 1/3 des täglichen Eisen- und Zinkbedarfs, über 100% der empfohlenen Menge an Vitamin B12 und fast die Hälfte des Niacin-Bedarfs.



Junglamm-Rezepte

Von der gegrillten **Lammstelze** muss man für jede Person eine ganze rechnen, wenn es sich um die hintere handelt. Von den kleineren, vorderen braucht man für starke Esser sogar bis zu zwei Stück. Diese werden auf der Hautseite mit einem scharfen Messer leicht eingeritzt, damit sich das Fleisch beim Grillen nicht so stark verformt. Dann mit Salz, Pfeffer und Salbei kräftig eingerieben, auf dem heißen Grill auf allen Seiten scharf angebraten und etwa zwei bis zweieinhalb Stunden



indirekt (also mit Deckel) bei etwa 160 Grad gegrillt. Dabei sollte man die Stelzen dann und wann mit Olivenöl bepinseln, in das man ein paar Knoblauchzehen gepresst hat.



Ripperl vom Junglamm sind ein echter Geheimtipp für Sparerib-Liebhaber. Sie werden aus der Brust „geschält“, wobei jedoch genug Fleisch daran bleiben sollte. Die portionierten Rippchen werden einige Stunden in einer Marinade eingelegt und anschließend etwa 1,5 Stunden bei ca. 160 Grad indirekt gegrillt. Wenn sie dabei zu viel Farbe nehmen könnten, ist es ratsam, sie mit Alufolie abzudecken und diese erst kurz vor Ende der Gardauer wieder zu entfernen.

Für 1 kg Ripperl reicht die Marinadenvariante aus folgenden Zutaten: 5 EL Erdnussöl, 5 EL Ketchup, 5 EL Sojasauce, 2 EL Honig, 1 EL Worcestershiresauce, 1 EL süße Chilisauce, 6 Knoblauchzehen fein gehackt, 4 dag geriebener, frischer Ingwer, Salz, Pfeffer. Bei Bedarf mit warmem Wasser etwas verdünnen.

Lammkeule. Wie immer bei größeren Braten hat man auch bei der Lammkeule den Vorteil, die Arbeit des Grillens großteils dem Gerät überlassen zu können, sollte jedoch der Vorbereitung etwas Zeit und Liebe widmen. Denn am besten wird die Keule, wenn Sie mit den passenden Aromen nicht nur von außen, sondern auch von innen gewürzt (sprich gespickt) wird. Ansonsten bleibt nur



Um die Kerntemperatur in großen Braten zu messen, ist ein Stichthermometer ideal, das Sie auch im Fleisch stecken lassen können. Nehmen Sie das Fleisch schon vom Grill, wenn es 2–3 Grad unter der gewünschten Kerntemperatur ist – denn es gart nach.

LAMMFLEISCH KAUFEN

AMA GRILLCLUB



Kräftige Fleischfarbe deutet auf ein höheres Schlachtalter hin, die ideale Farbe ist ein appetitliches Altrosa. Das Fett sollte fest und fast weiß sein – und nicht zu wenig. Denn das beste Lammfleisch hat eine feine intramuskuläre Fettmaserung, die Fachleute wegen ihres Aussehens auch als „Marmorierung“ bezeichnen. Gut marmoriertes Fleisch wird beim Braten saftig, mürb und geschmackvoll, das Fett brät sich dabei aus. Fleisch ohne Marmorierung hingegen wird beim Garen leicht trocken und kraftlos, es ist ein Zeichen für zu schnell gewachsene Tiere bzw. zu wenig intensive Endmast. Und Lammfleisch sollte – wie Rindfleisch – gut gereift sein. Sie sehen dies daran, dass eine Mulde, die Sie mit dem Finger ins Fleisch drücken, nicht gleich wieder verschwindet.

WWW.AMA-GRILLCLUB.AT

DAS ALMLAMMFEST

„Alles Lamm“ ist die Devise beim ersten Steirischen Almlammfest, das am 27. Juli in Haus im Ennstal stattfinden wird. Die Schafbauern der Region werden dort ihre besten Lammspezialitäten auftischen, dazu gibt es rundherum eine Erlebniswelt, ein eigenes Kinderbetreuungsprogramm, ein Schaugrillen mit Weltmeister Adi Matzek, einen Frühschoppen sowie musikalische Unterhaltung durch „Steirerklang“.



noch die Wartezeit von rund zwei Stunden, die zur Herstellung von Beilagen, Nachspeisen oder noch schöneren Aktivitäten genutzt werden kann. Alle halben Stunden mit Knoblauchöl einpinseln – und nicht den richtigen Zeitpunkt des idealen Garpunktes verpassen! Denn jenseits der 85 Grad Kerntemperatur verliert Lammfleisch allmählich an Saftigkeit und Aroma.

Sis Kebap 1. Für diese orientalischen Lammspieße nehmen Sie am besten würfelig geschnittenes Fleisch von der Schulter, das in einer Marinade aus Olivenöl, Milch, geriebenen Zwiebeln, Salz und Pfeffer sowie Knoblauch, Kreuzkümmel, Zimt, Cayennepfeffer, Thymian und Minze für mehrere Stunden eingelegt wurde. Dann wird das Fleisch abwechselnd mit grünem, sowie rotem oder gelbem Paprika auf



die Spieße gesteckt und knusprig gegrillt. Als Beilage passt am besten Fladenbrot.

Sis Kebap 2. Diese ebenfalls sehr leckere Version wird aus Lammfaschiertem hergestellt, das um einen langen Metallspieß geformt wird, wie eine Grillwurst ohne Haut. Dafür wird das Faschierte mit sehr fein gehackter Zwiebel und Petersilie sowie den oben beschriebenen (oder beliebigen) Gewürzen und etwas kaltem Mineralwasser zu einer festen, klebrigen Masse verknetet. Die fertig geformten Spieße werden mit Öl eingepinselt und bei mittlerer Hitze, sowie geschlossenem Deckel gegrillt. Besser ist es dabei allerdings, das Fleisch nicht direkt auf den Rost zu legen, wo es ankleben könnte. Als Abstandhalter kann unter Griff und Spitze der Spieße beispielsweise jeweils ein Ziegelstein gelegt werden.



Einfach gut

Obst zu grillen ist mehr als eine Not-Dessertlösung. Bananen, Pfirsiche, Ananas, Zuckermelonen und andere festfleischigen Früchte erhalten durch die Röstaromen – und meist etwas Zucker – eine ganz besondere Intensität. Ausgesprochen lecker ist auch die Kombination der heißen Früchte vom Grill mit kalten Saucen oder einer Kugel Eis.
Und grenzgenial ist die Symbiose von frischen, gegrillten Feigen mit einer Kühlschank-kalten Mascarponecreme. Noch dazu ist dieses Dessert-Rezept so einfach wie wirkungsvoll:
Nur ein paar Löffel Mascarpone mit flüssigem Honig oder Ahornsirup (Menge nach Geschmack) verrühren und kalt stellen. Die Feigen halbieren und vorsichtig – wenn sie schon eher weich sind, in einer Alutasse – bei mittlerer Hitze erst auf der Schnittfläche grillen und dann umdrehen.
In die Mulde, die jede Feige im Fruchtfleisch hat, streut man nun etwas braunen Zucker und lässt diesen noch ein wenig auf dem Grill schmelzen. Auf die heiße Feige kommt vor dem Servieren lediglich ein Löffel der Mascarpone-Creme, darüber etwas Zimt. Garniert werden kann mit einem Minzeblatt, oder (wenn nicht anderweitig gebraucht) sogar mit einem echten Feigenblatt.

NIE OHNE MASCARPONE

Mascarpone ist ein milder, cremiger Frischkäse mit etwa 40% Fettanteil, der ursprünglich aus der italienischen Provinz Lombardei stammt, inzwischen aber in ganz Italien hergestellt wird. Aber auch in Österreich – wo er allerdings aus rechtlichen Gründen dann nicht so heißen darf. Hier begegnet er uns etwa als „Mascarino“ sogar als Leichtversion ohne erhebliche Geschmackseinbußen (21% Fett). Dieses vielseitige Molkereiprodukt, das hierzulande durch das omnipräsente „Tiramisu“ populär wurde, passt sowohl zu pikanten wie auch zu süßen Gerichten.



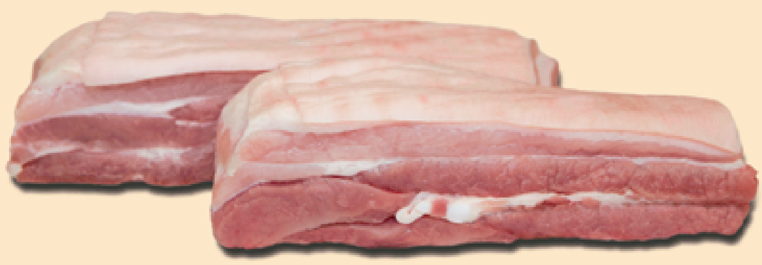
Sir Bacon

Ohne Bauch geht's auch. Aber viel besser ist es doch mit.

Text: Willy Zwerger

Bauchgefühle

Im wahrsten Sinne vielschichtig ist der Genuss von Bauchfleisch. Die Asiaten lieben es und behaupten, dass es fünf verschiedene Fleischsorten vereint.



WWW.AMA-GRILLCLUB.AT

Schweinebäuche spielen auf den internationalen Warenmärkten eine fast ebenso große Rolle wie Weizen oder Kaffee. Und auch auf dem Grill haben diese Geschmacksträger eine Hauptrolle verdient. Denn gutes Bauchfleisch ist nicht nur günstig, sondern vielleicht das Saftigste und Knusprigste, was Sie am Grill zubereiten können. Wenn man davon ausgeht, dass das eingekaufte Grundmaterial zum qualitativ besten gehört, das Sie auftreiben konnten – wunderbar durchzogene, knapp ein Zentimeter dicke Scheiben samt Schwarte – haben Sie eine Vielzahl von Möglichkeiten, dieses zuzubereiten: gebeizt oder ungebeizt, gewürzt oder natur. Flach, in Würfel geschnitten, gerollt und auf Spieße gesteckt oder gewunden über einen Holzstab gedreht, es ist wie beim Lotto - alles ist möglich.
Leider auch, dass man eine Niete zieht und kleine, flache Briketts fabriziert. Wenn so etwas passiert, wissen Sie jedoch ohnehin warum: entweder zu heiß und/oder zu lang gegrillt oder falsch eingebeizt. Oder aber falsch eingekauft, denn beim Bauchfleisch zeigt sich die Qualität besonders deutlich. Gut sortierte Geschäfte bieten Ihnen zur Saison jedenfalls bereits fertig zugeschnittenes, mageres Bauchfleisch an, manchmal sogar bereits gerollt auf Spießen und/oder fertig mariniert.

Wir vom Grillzeit-Team haben einige Schweinebauch-Varianten für Sie getestet. Gegrillt wurde dabei vorwiegend indirekt bei etwa 160 Grad. Hier sind unsere vier Favoriten:

Rezept Nr. 1 – in dieser Marinade haben wir einen Teil unserer Bauchfleischschnitten etwa 24 Stunden im Kühlschrank zugedeckt ziehen lassen:
7 Knoblauchzehen, 50 ml Sonnenblumenöl, 2 EL Honig, 1 EL süßes Paprikapulver, 1 EL Kümmel ganz, Salz, Pfeffer

Alles auf pastöse Konsistenz zerkleinern, die Schweinebäuche damit einreiben.

Rezept Nr. 2 - dieses Schnell-Beizrezept sollte immerhin noch ein paar Stunden einwirken können.
3 EL Dijonsenf, 1 TL Sardellenpaste.
1 EL brauner Zucker, 2 EL Limettensaft,
3 EL Ketchup, Salz

Alle Zutaten einfach mit einem Löffel vermischen und auftragen. Variante: Die Schwarte entfernen sowie das Fleisch in etwa ein Zentimeter breite Streifen schneiden und diese – ziemlich eng anliegend – auf vorher in Wasser eingelegte Holzstäbchen fädeln. Kleiner Tipp am Rande: Schneiden Sie das dunkle, etwas zähere Fleisch weg und konzentrieren Sie sich auf das helle.

Rezept Nr. 3 – wieder für ein paaar Stunden einwirken lassen.

3 EL englischer Senf, 1 TL frischer Kren, Saft einer halben Zitrone, Salz, Pfeffer

Auch hier wieder die Ingredienzen einfach nur vermischen und damit das Fleisch einbeizen. Bei dieser Variante haben wir einen Teil der Bauchfleischscheiben quer zur Faser in Würfel geschnitten und auf einen Holzspieß gesteckt. Hiezu eine kleine Anmerkung: Das Fleisch für Spieße immer quer zur Faser auffädeln – wird es längs zur Faser aufgesteckt, wird es gerne hart. Versuche mit Fertigkren im Glas oder in der Tube erwiesen sich übrigens als zu mild und zu süßlich. Daher unbedingt frisch gerissenen Kren verwenden und – je nach Geschmack – sogar noch die Dosis erhöhen. Serviert wird ebenfalls mit frischem Kren.

Rezept Nr. 4 – hier entschieden wir uns für einen Rub, also einer trockenen Gewürzmischung. Die ideale Sache, wenn wenig Zeit zur Verfügung steht.

3 EL Knoblauchgranulat, 3 EL 5 Gewürze (Zimt, Fenchel, Sternanis, Nelken und Pfeffer), 1 EL Ingwerpulver, 2 EL brauner Zucker, Salz, Pfeffer

Das Fleisch leicht mit Öl bestreichen und anschließend die Gewürzmischung großzügig darauf verreiben. Haben Sie keine Angst vor der großen Menge, Sie können ruhigen Gewissens beherzt zulangen. Ein Rub braucht Fläche. Und: Alles, was nicht gebraucht wird, fällt sowieso wieder ab. Allerdings gilt es hier zu beachten: unbedingt nur indirekt grillen!

Abschließend noch ein Wort zur Schwarte: Wenn Sie diese richtig knusprig mögen, empfiehlt sich folgende Vorgangsweise. Ziehen Sie die Schwarte im Ganzen ab und kochen Sie diese in Salzwasser weich (mit einem Häferl beschwert, damit sie nicht aufschwimmt). Grillen Sie die weiche Schwarte indirekt, bis sie richtig knackt und servieren Sie dazu einen Chili-Dip.





Gemeinsamer Nenner

Nicht nur Frauenversteher legen Pute auf den Grillrost. Auch liebevolle Väter, Figurbewusste und Egoisten.

Text: Brigitte Rechberger

Turkey Steaks, Buffalo

Putenfleisch erfreut sich zunehmender Beliebtheit bei Grillfans. Denn es ist so schnell wie vielfältig zuzubereiten, ausgesprochen mager und kommt bei jedermann und jederfrau bestens an. Und sofern mans richtig macht, ist das Truthahn-Steak vom Rost auch saftig und aromatisch. Denn Langeweile im Geschmack kommt bei Geflügel nur auf, wenn man dieses totgart und/oder zu würzen versäumt.

Brust raus. Klassiker mit Gelinggarantie ist natürlich die Putenbrust, die sowohl im ganzen, als auch in (ausreichend dicke!) Scheiben geschnitten am Grill eine sehr gute Figur macht. Wichtig dabei: Immer vor dem Grillen und auch währenddessen mit (eventuell aromatisertem) Öl bepinseln, denn dieses Fleisch hat keine eigenen Fettreserven, um es saftig zu halten. Auch ist es extrem wichtig, das Fleisch zeitgerecht vom Rost zu nehmen, damit es nicht austrocknet und zu fest wird. Am besten ist es, dies beim ersten Austreten von klarem Saft sofort zu tun und die Steaks dann in Alufolie gewickelt noch gute fünf bis zehn Minuten warm rasten zu lassen. Der Kern gart dann noch vollends durch und der Saft verteilt sich wieder im Fleisch.



Gesalzen und gewürzt wird kräftig und – entgegen mancher Empfehlungen – am besten immer schon schon ein, zwei Stunden vor dem Grillen. Diese Wartezeit sollte das Fleisch schon bei Zimmertemperatur verbringen, damit die Kerntemperatur bereits steigt.

Eine besonders attraktive, wenn auch noch recht seltene Version des Putensteaks aus der Brust ist jene am Knochen (siehe Bild). Dafür wird die Brust so quer geschnitten, dass sich Kotelett-ähnliche Steaks ergeben, die nicht nur gut aussehen, sondern auch geschmacklich die Vorzüge des Bratens am Knochen bieten. Gegrillt werden sie ebenfalls wie Kotelett – nur in der Regel viel flotter. Und ob die Haut dran bleibt, ist Geschmackssache, wobei wir bevorzugen diese abzuziehen, da sie in diesem Fall keine echte Chance hat knusprig zu werden.

BUFFALO WINGS

Dieser delikate Wings-Klassiker aus den USA wird traditionell mit einer Sauce aus Blauschimmelkäse und Mayonnaise serviert. Das ist aber nicht Jedermanns Sache und kann natürlich durch andere, leichtere Saucen (oder aber auch gar nichts) ersetzt werden. Wenn Kinder mit an Bord sind, empfiehlt es sich zudem, die Tabasco-Sauce nur optional zu reichen.

Zutaten:

1,5 kg Puten- oder Hühnerflügel, 1/4 kg Butter, 5 Knoblauchzehen, 2 weiße Zwiebel, 1 EL fein geriebener, frischer Ingwer, 4 cl Limetten- oder Zitronensaft, 1 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, Salz nach Belieben, 100 ml Tabascosauce

Zubereitung:

Etwas Butter in einem Stieltopf zerlassen und die feingehackten Zwiebel hell anschwitzen. Dann die restliche Butter, den Ingwer und die Gewürze zugeben, mit Salz abschmecken, verrühren.

Wings

In dieser Buttermischung werden die Wings mindestens eine Stunde mariniert (wer es beim Grillen einfacher mag, kann die Flügel davor auf gut gewässerte Spieße stecken) und dann bei mittlerer Hitze direkt von allen Seiten knusprig gegrillt. Hühnerflügel brauchen etwa 10 Minuten, Putenflügel entsprechend länger. Inzwischen wird die Sauce noch einmal durchgekocht und dabei etwas eingedickt. Zu den Wings und gegrilltem Weißbrot servieren. Als Beilage passen Salate, aber auch rohes Knabbergemüse wie Stangensellerie, Karotten etc.



Big Wings. Hühnerflügel alias „Chicken Wings" haben sich ob ihrer Knabberqualitäten in den letzten Jahren mit der tatkräftigen Unterstützung der Systemgastronomie zum Renner am Grill gemausert. Wer jedoch gerne mehr Fleisch am Knochen hat, sollte es einmal mit Puten-Flügeln probieren, die auch optisch sehr beeindruckend sind. Ein passendes Rezept dazu finden Sie oben.

Insider

Innereien sind esskulturelle Spaltpilze. Die einen lieben sie, die anderen wenden sich mit Schaudern ab. Letztere bitten wir jetzt einfach weiterzublättern.

Text: Michael Schubert



Frisch von der Leber weg

Wir wissen um die Polarisierung der Menschheit zu diesem Thema und fragen unsere Gäste auch immer erst, bevor wir ihnen Innereien auf den Grill legen. Oder aber wir lassen ihnen die Wahl. In den meisten Fällen aber werden delikat gegrillte Nieren, Herzen und Lebern als ausgesprochene Bereicherung eines Grillfestes gewertet. Deshalb haben wir diesmal ein paar Vorschläge zu diesem Thema parat, die nicht alltäglich sind.

Gegrillte Leber ist das schnellste Grillgericht, das ich kenne. Denn speziell bei der Kalbsleber, die am besten in nur ein Zentimeter dicke Scheiben geschnitten wird, genügt pro Seite meist eine Minute bei starker Hitze – und fertig ist sie schon.
Dazu passen ganz ausgezeichnet Weißbrot und gegrillte Apfelscheiben, die man vorher mit einer Zitronenhälfte einreiben sollte, damit die Schnittfläche hell bleibt. Das gibt einen schönen Kontrast zur Grillmarkierung und außerdem einen pikanten Kick.
Schön ist zu so einer kurz gegrillten Leber natürlich auch ein Schuss Balsamico – jener von der dickflüssigen süßen Sorte.

Herzlichst. Was in Frankreich, Brasilien, Japan und dem Maghreb als Spezialität gilt, landet hierzulande oft im Hundenapf oder bestenfalls in der Suppe. Doch ist die wahre Bestimmung des Hühnerherzens, am Spieß gegrillt zu werden. Das gilt natürlich ebenso für die King Size-Version, also Putenherzen.
Gut gewaschen, zugeputzt und auf einen gewässerten Holzspieß gefädelt werden diese mit Knoblauchöl bepinselt, herzhaft nach Belieben gewürzt (gut steht Geflügelherzen pikante Süß-



Schärfe), und recht flott direkt knusprig gegrillt.

Kalbsnieren, sonst meist integrativer Bestandteil des Kalbsnierenbratens, sind auch als Solisten ein feine Sache. Entweder gehäutet, entfettet und gewürfelt mit Früchten am Spieß (optimal mit Balsamicoglasur). Oder wie diesmal in Scheiben geschnitten und samt dem anhaftenden Fett knusprig gegrillt. Denn dieses feine Nierenfett bringt eine delikate Geschmacksintensität.
Also schneiden wir den Fettmantel auf der Kalbsniere so zu, dass rundherum ein Zentimeter erhalten bleibt. Das verbrät sich dann später ohnehin zum Großteil und bewahrt die Niere vor dem Austrocknen. Nun wird sie halbiert oder längs bis zur Mitte eingeschnitten um die Hauptadern zu entfernen. Dann die Niere quer in eineinhalb Zentimeter dicke Scheiben schneiden, die wir eine Stunde ins kalte Wasser legen, um etwaige Harnstoffe auszuwaschen. Danach mit Küchenkrepp gründlich abtrocknen, salzen, pfeffern und mit Dijon-Senf einreiben, zu dem wir etwas Knoblauchpulver gegeben haben.
Gegrillt werden die Nierenscheiben entweder auf dem Rost, oder aber auf einer Gusseisenplatte, die verhindert, dass das abtropfende Fett in die Flammen tropft. Auf jeden Fall so lange, bis das Fett knusprig und der austretende Saft klar wird.
Wer will, kann die Kalbsniere auch im Ganzen grillen. Dann natürlich indirekt und gute 45 Minuten.



Kalbsnieren machen nicht nur als Fülle eines Bratens, sondern auch als Solisten auf dem Grill eine gute Figur.

Vom Holz geküsst



Man muss keinen Smoker und kein gepflegtes Brennholzlager sein eigen nennen, um Gegrilltes mit feinen Holz- und Raucharomen zu würzen.

Wir führen Sie garantiert nicht auf den Holzweg – sondern zeigen Ihnen hier zwei so einfache wie zielführende grilltechnische Methoden, die Würze ausgesuchter Hölzer in Ihr Grillgut zu bekommen. Ganz ohne aufwendige Technik und ohne nennenswerte Investitionen. Und egal auch, ob Sie mit Kohle oder Gas grillen. Nur einen Deckel brauchen Sie auch hier wieder einmal für Ihren Grill.



Die Räucherbox. Dieses praktische und relativ preisgünstige Utensil für die Raucherzone im Grill kann man sich ja zur Not auch aus einem Stück Alufolie zurechtknittern. Effekt ist immer der gleiche: ein, zwei Handvoll eingeweichter Holzspäne spezieller Natur werden direkt in der Glut oder auf dem Gasbrenner zum Glimmen gebracht. So geben sie ihr Raucharoma ab, dass das Grillgut im BBQ-Stil würzt. Natürlich ist es nicht ganz das Gleiche, als wenn wir im holzbeheizten Smoker räuchern, das liegt auch an der höheren Temperatur im Grill. Aber dennoch haben wir unseren Schopfbraten ausgesprochen saftig, mürb und aromatisch im Gasgriller hinbekommen.



Mit dem Bratenkorb wird das Fleisch vom Rost „entkoppelt".



Sogar einen hübschen, roten Barbecuerand hatte er unter der Kruste, wie auch auf dem Bild zu sehen ist.

Plank Grilling. Eine ganz besonders interessante Methode, Holzaromen in das Gegrillte zu bekommen, ist das sogenannte „Plank Grilling" das einst von den Indianern Nordamerikas erfunden wurde und sich heute überall in den Staaten und in Kanada größter Beliebtheit erfreut. Fleisch, Fisch oder auch Gemüse werden dabei nicht direkt über dem Feuer, sondern auf einem speziellen Holzbrett gegart. Dieses schützt einerseits das Grillgut vor der direkten Hitze und gibt andererseits etwas von seinem Aroma ab. Das so unterschiedlich sein kann, wie die Holzarten, die dafür Verwendung finden.

Dabei ist jedoch einiges zu beachten: Auf keinen Fall darf das Holz vorbehandelt sein und auch harzhaltige Nadelhölzer sind tabu. Beides wäre nicht nur geschmacklich, sondern auch gesundheitlich bedenklich. Harte Hölzer sind in der Regel besser geeignet, da sie nicht so schnell verbrennen und mehr Rauch produzieren. Gebräuchliche Holzarten sind beispielsweise Kirsche, Erle, Apfel, Kirsche, Rotzeder, Hickory, Mesquite, Ahorn und Weißeiche. Wir haben uns für die Rotzeder entschieden, auch weil es hier fertig konfektionierte Brettchen im Handel zu kaufen gibt (z.B. Red Cedar von Outdoorchef im 4er Set um ca. 25,- Euronen im Shop von www.ama-grill-club.at). Natürlich können Sie auch auf heimische Hölzer zurückgreifen, wenn Sie gut getrocknet sind und Sie sich diese von einem Tischler zurecht hobeln lassen. Jedes dieser Brettchen ist dann etwa drei bis fünf mal verwendbar.

Vor dem Grillen muss das Holzbrett mindestens eine Stunde gewässert werden, um es gegen die Hitze zu immunisieren. Gegrillt wird vorzugsweise indirekt (also unterm Deckel und nicht direkt über der Glut), damit das Grillgut gut gart, ohne dass das Brett verbrennt. Ein schönes Stück Lachsfilet braucht auf diese Weise maximal 15 Minuten, Shrimps noch etwas kürzer.



Auf das gut gewässerte, trockengetupfte und anschließend geölte Holzbrett werden Fischfilets (hier mit Chilifäden) und Garnelen gelegt, um beim indirekten Grillen von den Holzaromen zu profitieren.



Schon nach zehn bis fünfzehn Minuten sind Lachs und Shrimps richtig gegart – also saftig bzw. noch etwas glasig. Besonders hübsch ist es, die einzelnen Portionen direkt am Holzbrett zu garnieren und gleich so zu servieren.





Brandaktuell

Für kulinarische Pyromanen wie uns geht doch nichts über ein knisterndes Holzfeuer.

Text: Michael Schubert



Auf dem Holzweg

Wer mit dem Feuer spielt, grillt darin rum. Nichts fasziniert den Urmenschen in uns so sehr, wie der Blick in das Lodern des gezähmten Feuers – jenen auf die Meeresbrandung oder den Sportkanal einmal ausgenommen. Und ob Feuerstatt oder offener Kamin – dieses Prasseln bringt uns auch automatisch in Versuchung, unsere Nahrung darin knusprig zu braten. Diese archaische Qualität, aber auch der ganz besondere Geschmack, den ein Holzfeuer liefert, eint die Kaste der Feuerstellen-Puristen, die besonders am Mittelmeer häufig anzutreffen sind. Die Entscheidung fällt dort selten zwischen Gas oder Kohle, sondern eher zwischen Kastanie und Kirsche oder Birke und Weißbuche. Je nach Philosophie oder auch Fleischsorte, die auf den Grill soll. Denn „helles Holz für helles Fleisch, dunkles Holz für dunkles Fleisch!“ ist eine der (völlig unverbindlichen) Regeln, die man in diesen Kreisen zu hören bekommt.



Franz Schaffer ermittelt die Holzfeuchte.

Astrein. Womit wir schon beim Thema Brennstoff-Beschaffung wären. Denn die Buche, die in den meisten österreichischen Schwedenöfen knistert, ist fürs Grillen ganz ok, aber beileibe nicht erste Wahl. „Alles, was Früchte trägt“ lautet eher die Empfehlung des Holzspezialisten Franz Schaffer, der im Steirischen am idealen Holzgriller tüftelt und diesen auch im Internet feilbietet. Und nicht zu feucht soll das Holz sein, aber auch nicht zu trocken, denn dann brennt es ebenfalls schlecht – wegen der langsameren Vergasung. Ideal sind dagegen 20 bis 25% Feuchtigkeit.



Was das Holzfeuer von Gas und Kohle unterscheidet, ist aber auch die Temperatur. Denn die ist bei Ersterem um etliches höher, was manche Eigner von zerbröselten, ehemals gemauerten Kaminen und ausgeglühten Kugelgrillern bereits zur Kenntnis nehmen mussten. Materialien der Wahl sind daher bei Schaffers getunten Italo-Importen immer starkes Niro-Blech, bzw. dicke Stahlprofile (Infos und Bezugsquelle unter www.schaffer-franz.at).

Auch technisch unterscheidet sich der Holzweg des Grillens von dem, was man bei uns so kennt. Denn geröstet wird nie direkt über dem brennenden Holz, sondern am Spieß im gehörigen Abstand daneben. Oder aber über wenig von der weißen Glut des Holzes, die man sich mit dem langstieligen Rechen unter dem Feuerkorb hervor in die Glutwanne zieht. So kann man mit etwas Übung und Fingerspitzengefühl zu gegrillten Sardinen oder einem Bistecca Fiorentina kommen, die ihresgleichen suchen. Und große Braten garen – ganz ohne Deckel – am Spieß und über viele Stunden. Denn Nachlegen ist hier ja kein Problem.

Tipps für Faule

Grillen statt reinigen



Grillen ist das reinste Vergnügen, die Putzarbeit danach weder das eine, noch das andere. Also weder rein, noch ein Vergnügen. Es gibt ja sogar Menschen in unserem Umfeld, denen der bloße Gedanke an die Kontamination ihres chromblitzenden Rostes die ganze Freude am Grillen raubt. Hier bleibt die Outdoorküche folgerichtig meistens kalt.
Doch wo ein Griller ist, ist auch ein Weg. Oder sogar zwei, denn unsere Reinigungstipps wollen wir heute den beiden gegensätzlichsten Charakteren der Grillszene widmen: Den Pragmatikern und den Fetischisten. Auch wenn die meisten von uns wohl eher Mischtypen sein dürften.



Der Pragmatiker ist jedenfalls Profi, privater Hochfrequenzgriller oder einfach nur clever. Nach vielen Versuchen und verschwendeten Stunden hat er die „Pyrolyse" als einzig wahre Reinigungskraft akzeptiert. Er besitzt also ein Grillgerät mit Deckel und genügend Heizleistung – egal ob mit Kohle oder Gas – um den gesamten Innenraum in relativ kurzer Zeit bis zum Anschlag der Thermometernadel aufzuheizen. Genau das ist nämlich das ganze Geheimnis der pyrolytischen Reinigung: Fett und Lebensmittelreste werden innerhalb von 10 Minuten zu Asche verbrannt, die abgekühlt einfach mit einer Messingbürste vom Rost gekehrt werden. Danach werden dessen Stäbe noch mit einem Stück eingeöltem Küchenkrepp abgewischt, die Fettschale entleert – fertig. Ein, zwei mal im Jahr empfiehlt es sich zudem, den fetten Rußfilm im Inneren des Grillers mit einer Spachtel anzuschaben, damit sich dieser nicht entzünden kann.

Der Fetischist hingegen liebt seinen Griller fast genauso wie sein Automobil und kann dessen Beschmutzung gar nicht oder nur kurz ertragen. Selbst mannhafter, schwarzer Ruß ist ihm (oder ihr) zuwider, nach dem Grillen tritt erst Entspannung ein, wenn der Rost wenigstens zum Einweichen in einer Kraftreiniger-Lauge schwimmt. Dafür hat der Saubermann sich sogar eine genau passende Schale besorgt und spricht auch recht gern darüber (erhältlich bei: www.grillshop.at).
Tatsächlich hilft das Einweichen einigermaßen, besonders wenn man zwei Geschirrspültabs in die Schale wirft, die dem Fett zu Leibe rücken. Und wenn man einige Stunden Geduld aufbringt. Oder aber, wenn man die Verkrustungen mit einem Spezialreiniger vorbehandelt hat. Die ganz harten von dieser Sorte gibts bei Gastrobedarf und sind keinesfalls ohne Gummihandschuhe anzuwenden.



Doch so oder so – die eigentliche Reinigung geschieht hier manuell. Beispielsweise mit einem „Drahtwaschel" – aber bitte aus Kupfer oder Edelstahl, denn unedles Eisen begünstigt die Bildung von Flugrost und somit Korrosion.
Das gilt im übrigen auch für ein ganz wichtiges Grillutensil: die Drahtbürste. Diese sollte außerdem einen möglichst langen Stiel haben, wenn sie auch für die Zwischenreinigung des heißen Rostes taugen soll.
Wer sich lieber um jeden Roststab einzeln kümmern möchte, als pauschal den gesamten Grillrost abzuschrubben, findet wohl in dem witzigen „Grillboy" von Leopold (www.leopoldmarke.de) das passende Reinigungsgerät. Das gebürstete-Edelstahl-Männchen ist für vier verschiedene Strebenstärken vorgesehen und mit seiner Magnethalterung auch gleich einfach am Grill aufzubewahren.



ENTSCHEIDUNGSHILFE

Wer sich schon beim Grillen vor dem Putzen fürchtet, sollte sich beim Gerätekauf eher für einen Gasgrill entscheiden. Diese sind gemeinhin leichter zu reinigen als Kohlegriller und auch sehr leicht „pyrolytisch" zu säubern. Besonders pflegeleicht ist hier das System von „Outdoorchef", da die Brenner durch einen glatt emailierten Trichter völlig vom Garraum getrennt sind.

Gasgriller

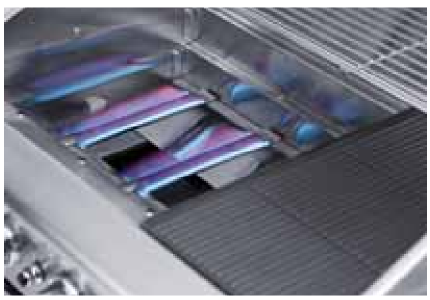
Qual der Wahl

Wir beschrieben es schon in der letzten Ausgabe: Immer mehr Grillfans geben Gas. Die Gründe dafür reichen von purer Bequemlichkeit bis zu professionellen Ansprüchen an die Temperatursteuerung, vom knappen Freizeitbudget bis zur Knausrigkeit. Denn das alte Vorurteil „Nur wer Kohle hat, grillt mit Gas!“ stimmt längst nicht mehr. Vielgriller wie Profis und Gastronomen wissen zu bestätigen, dass die Befeuerung eines Gasgrills wesentlich günstiger kommt, als die eines Kohlegrills. Da sind die höheren Anschaffungskosten schnell herinnen. Daher ist das Grundsatzthema „Holz oder Kohle“ für viele engagierte Grillfans auch kein entweder – oder, sondern ein sowohl – als auch. Stehen dann einmal zwei Griller auf der Terrasse, geht der Frequenzvergleich so gut wie immer zugunsten des Gasgerätes aus.

Welchen Gasgrill man sich jedoch zulegen sollte, hängt von verschiedenen Faktoren ab, die wir im folgenden einer Betrachtung unterziehen. Die Rahmenbedingungen dafür: Lavastein-Griller und Billiggeräte vom Diskonter werten wir eher als Einstiegsdroge denn als echte Alternative für ernsthafte Grillambitionen. Sicherheitszertifikate (CE 0085) setzen wir sowieso voraus, ebenso Gewährleistung, Service und eine deutschsprachige Bedienungsanleitung. Eine Piezozündung ist natürlich ebenfalls Standard, eine hohe Haube in dieser Liga obligat.



Brenner für Kenner. Von den Brennern hängt der Nutzwert ab. Hat das Gerät nur einen, sollte man das indirekte Grillen hier eher vergessen. Denn dieser Solist ist darauf ausgelegt, den gesamten Garraum zu beheizen und somit gibt es keine unbefeuerten



Zonen auf dem Rost. Die Entkoppelung von diesem mittels Bratenkorb oder Ähnlichem ist zwar möglich, entspricht aber nicht dem echten indirekten Grillen, wie man es bei einem Gerät mit zwei oder noch mehr Brennern praktizieren kann. Fürs direkte Grillen jedoch eignen sich diese Geräte meist sehr wohl und sind außerdem oft recht kompakt und daher mobil.

Doch auch wenn ein Gasgrill über beeindruckende Größe und mehrere Brenner verfügt, lohnt es sich, diese genauer in Augenschein zu nehmen. Wenn drei Brenner in einem Rechteckgriller etwa quer (also parallel zur Längskante) angeordnet sind, bedeutet dies, dass die Zone zwischen den beiden äußeren ziemlich schmal ist (z.B. Weber Genesis). Außerdem nimmt die



Temperatur mit der Länge der Brenner ab, sodass auf dem Rost recht ungleiche Bedingungen herrschen, die man beim Grillen berücksichtigen muss. Auf Grillern mit vier, fünf oder gar sechs Brennern dagegen lassen sich einerseits größere indirekte Zonen einrichten und sind andererseits die Brenner kürzer (= brennen meist gleichmäßiger), weil sie parallel zur Schmalseite angeordnet sind. Gasgriller dieser Kategorie kosten vom Markt- und Preisführer Weber dann schon so um die € 2.000,– aufwärts (Summit), sind von anderen guten Marken (wie etwa Grandhall, Patton, Napoleon) aber bereits oft um knapp ein Drittel zu haben.

Kraftprobe. Eine gewisse Aussagekraft hat natürlich auch die Brennerleistung, die in Kilowatt angegeben wird. Je höher diese im Vergleich mit der Grillfläche ist, desto höher ist das Temperaturpotential – aber auch der Verbrauch. Natürlich ist die Qualität der Materialien und der Verarbeitung ebenfalls entscheidend. Und außerdem ist es das Package, das stimmen muss. Ein schwerer Gussrost beispielsweise, der die Wärme gut leitet, kann sogar



eine relativ schwache Brennerleistung kompensieren. So hat der einzelne Brenner im Kompaktgrill „Q 200“ von Weber lediglich 3,5 KW Leistung, liefert aufgrund der Konstruktion und vor allem wegen des massiven Rostes jedoch brauchbare Ergebnisse als Mobil-Gerät.

Apropos Rost. Spielen Sie beim Grillerkauf doch einfach im Geist



durch, was sie grillen wollen. Beispielsweise lange Spießchen, die sie dann einfach wenden wollen. Am besten geht das, wenn der Griffteil der Spieße über den Rost ragt – also überhaupt nicht, wenn der Rand des Grillers höher ist, als der Rost selbst (was auch bei Kohlegrillern leider meist der Fall ist). Und vor allem dann nicht, wenn die Stäbe des Rostes nicht quer zum Spieß laufen, sondern längs. Da gibts kein Grillmuster, sondern einen braunen Längsstreifen und dafür alle Chancen, dass das Grillgut buchstäblich durch den Rost fällt. Also sollten die Stäbe des Grillrostes (ganz im Gegensatz zu den Brennern) im besten Fall quer verlaufen. Und wenn dieser Rost dann noch teilbar und damit Geschirrspüler-kompatibel ist, bleibt nur noch das Material als Kriterium. Neben den – bei Profis ausgesprochen beliebten – Gussrosten werden vor allem verchromte, emaillierte und Nirosta-Roste angeboten. Das ist an sich ja Geschmackssache, aber schwere Roste mit breiten Stegen machen meiner Meinung nach die schönere Grillmarkierung und sind einfacher zu reinigen. Nämlich pyrolytisch – also einfach durch Vollgas bis zum Anschlag der Thermometernadel. Anschließend wird die Asche einfach abgebürstet und mit Küchenkrepp nachgewischt – fertig. Dünndrahtige Chrom-Roste verfärben sich bei dieser Methode mitunter.



Detailwissen. Ein eigenes Kapitel ist ja auch das besagte Grillthermometer in der Haube, über das ein ordentliches Gerät auf jeden Fall verfügen sollte. Achten Sie darauf, dass dieses leicht auszuwechseln ist, denn nicht immer entsprechen die Originalausstattungen hier unseren Ansprüchen. Amerikanische Geräte etwa zeigen die Temperatur primär in Grad Fahrenheit, während Celsius bestenfalls als zierliche Unterkategorie gezeigt wird, die mit jedem Grillgang stärker verblasst. Eine genaue Tempe-

ratursteuerung wird so ausgesprochen mühsam.
Nicht ganz unwichtig ist auch der Verbleib der Gasflasche. Es ist nämlich keine Selbstverständlichkeit, dass diese in den Wagen bzw. das Gestell unter dem Grill passen, auch wenn dies auf den ersten Blick so scheint (wie z.B. sogar beim Weber Genesis). In vielen, wenn nicht den meisten Fällen steht die Flasche in der Praxis daneben, was sehr Design-affine Gartenausstatter vielleicht stören wird. Also empfiehlt es sich, dies bei der Auswahl zu berücksichtigen.
Und wer einen weiten Weg vom Grillplatz in die Küche hat, wird einen Seitenbrenner zu schätzen wissen, auf dem Beilagen köcheln können, während das Fleisch am Grillrost bruzzelt.





Schweizer Sonderweg. Der eidgenössische Hersteller „Outdoorchef" hat mit seinem patentierten Kugelgriller eine Sonderstellung unter den Gasgrillern. Ein emaillierter Stahltrichter trennt die zwei unabhängigen Ringbrenner völlig vom Rost, sodass dessen ganze Fläche (immerhin 57 cm) zum indirekten Grillen zur Verfügung steht. Will man direkt und heiß grillen, wird der Trichter in „Vulkanstellung" umgedreht und mit einer gusseisernen Grillplatte getoppt. Einziger Nachteil: Man sollte sich tunlichst vor dem Grillen für eine der beiden Methoden entscheiden, denn ein Umrüsten des heißen Grills birgt Risken.



Seine Stärken hat dieser Grill aber nicht nur in einem echten Barbecuebetrieb (sogar Niedertemperaturgaren mit etwa 80 Grad ist realistisch), sondern auch in der Erweiterbarkeit mit praktischen Utensilien wie dem besten Pizzastein am Markt, einer wirklich großen Paellapfanne oder einem ausgezeichneten Wok. So wird dieses Gerät zu einer verblüffend vielseitigen Freizeitküche.

KALT? UNS NIE!

Freiluft-Fanatiker, die wir Grillfans nun mal sind, wollen auch die Abendstunden gerne unter freiem Himmel verbringen. Nachdem diese im Spätsommer jedoch schon mal etwas kühler ausfallen können, gilt es, für´s temperatürliche Wohlbefinden entsprechend vorzusorgen.

Die Möglichkeiten dafür sind vielfältig – wer jedoch so wie wir keine Lust hat, schon im Juli die dicken Wollpullover wieder auszugraben oder seine Gäste unter Decken zu verstecken, dem sei ein Terrassenstrahler ans Herz gelegt, der tatsächlich viele Vorzüge mit sich bringt. Mit wenigen Handgriffen sorgt er nämlich für wohlige Wärme, ohne dass die sommerliche Atmosphäre verloren geht.

Und besonders für jene, die auch beim Grillen auf Gas setzen, liegt eine gasbetriebene Outdoor-Heizung natürlich nahe. Ein besonders solides Gerät dieser Art kann man sogar direkt von BP Gas Austria beziehen. Unter dem passenden Namen „All Seasons" wird dort ein Terrassenstrahler angeboten, der mit einem besonderen Sicherheits-Feature ausgestattet ist: Wenn er kippt oder umfällt, blockiert ein mechanisches Ventil sofort die Gaszufuhr und verhindert somit das Entstehen einer Gefahrenquelle. Und auch sonst spielt dieses Heizschwammerl alle Stückerl: Die Leistung ist von 5 bis 12kW stufenlos regulierbar, der Verbrauch beträgt 450 bis 870g/h – somit kommt man mit einer 10kg-Gasflasche 11 bis 22 Stunden aus. Erwärmt wird die Umgebung in einem Umkreis von 10 Metern. Der Anschaffungspreis reißt mit €179,– für das Modell in Edelstahl bzw. € 159,– für den Strahler aus lackiertem Stahl (Sommeraktion bis 31. August!) keine großen Löcher ins Budget. Für nur € 12,– wird das Gerät sogar nach Hause zugestellt. Und auch die Betriebskosten sind überschaubar – bzw. für Schnellentschlossene vorübergehend sogar gleich Null. Wer bis Ende Juli nämlich einen Strahler zu genanntem Aktionspreis erwirbt, erhält 10kg Flüssiggas gratis dazu. Bestellungen unter 0800/21 60 52 oder per Email an bpgasaustria@bp.com.



AUS LIEBE ZUM KÄSE

DAS KÄSEKOCHBUCH „EINE KULINARISCHE REISE DURCH DIE WELT DES KÄSES“ DER AMA MARKETING IST BRANDNEU IN SEINER ZWEITEN UND ÜBERARBEITETEN AUSGABE ERSCHIENEN.



ANIMIEREND UND INFORMATIV.
Das AMA Käsekochbuchs fasziniert nicht nur durch seine Rezepte. Es beinhaltet auch viel Hintergrundwissen.

Wie kann ein Käsekochbuch, das erst vor wenigen Monaten auf den Markt gekommen ist, schon wieder neu erscheinen? Die Antwort ist einfach: Die erste Ausgabe des von der AMA Marketing herausgegebenen Werks war wie im Handumdrehen vergriffen. Auf diesen unglaublichen Zuspruch haben die Verantwortlichen der AMA nun rasch mit einer weiteren Auflage reagiert. Diese punktet mit einem zusätzlichen Schwerpunkt. Dessen Titel „Der perfekte Schnitt“ verrät bereits, dass es sich bei diesem erweiterten Teil um die Kunst des Käseschneidens handelt.

BESSERES ABSCHNEIDEN

Der Arbeitsaufwand selbst ist der gleiche, doch das Ergebnis ist ein viel besseres: Mit der richtigen Schneidetechnik wird jeder Käseteller zum kleinen Kunstwerk, jedes größere Käsearrangement zum Mittelpunkt aller Aufmerksamkeit. Zunächst weisen die versierten Verfasser dieses Ratgebers mit Nachdruck darauf hin, dass Käse immer im Stück gekauft werden soll. Nur so kann man Käse lagern, reifen lassen und nach Belieben arrangieren. Je nach Form des Produkts, wie zum Beispiel Rolle, Ziegel, Ring, kleines Törtchen oder großes Tortenstück, führen detaillierte Anleitungen zum perfekten Schnitt. Die nach Anweisung geteilten Stückchen können in ihrer Form zusammengesetzt werden, oder man lässt der Kreativität nach persönlicher Vorstellung freien Lauf. Wichtig ist, die kleinen Stücke eng zusammenzusetzen. Das sieht nicht nur attraktiv aus, sondern verhindert auch ein mögliches Austrocknen, falls der Käse nicht sofort serviert wird.

HILFREICHES SCHNEIDEWERKZEUG

Das richtige Hilfswerkzeug ist ebenfalls ein wichtiger Parameter für den optischen Genuss des Käsearrangements. Denn Weichkäse lässt sich ganz anders schneiden als etwa Hartkäse. Daher gilt für den Schnitt von Camembert & Co das Weichkäsemesser mit Wellenschliff und großer Lochung. Idealer Weise verwendet man drei verschiedene davon, jeweils eines für Rotkultur, Weißschimmel und für Blau- beziehungsweise Grünschimmelkäse. Dadurch wird die Übertragung von artfremden Schimmelkulturen auf andere Käse verhindert. Sehr große Laibe oder Blöcke (Hartkäse, Schnittkäse) zerteilt man mit dem Doppelgriffmesser, sind die Laibe etwas handlicher, wird das Eingriffmesser mit geätzter Klinge empfohlen. Auch die Käselyra hat ihre eigene Bestimmung. Sie ermöglicht sowohl bei Frischkäse als auch bei Edelschimmelkäse das Zerteilen in saubere, gleichmäßige Stücke. All dies ist im neuen AMA Käsekochbuch bestens nachvollziehbar dargestellt und zahlreiche Tipps machen Lust, diese gleich nachzuahmen.

JETZT BESTELLEN!



EINE KULINARISCHE REISE DURCH DIE WELT DES KÄSES
Erhältlich im Webshop der AMA für € 24,95
unter www.kaese.at oder unter der Tel.: 01/33 151-0.

FOTO AMA MARKETING GESMBH, DAGMAR GROSS









Born to win in Horn

Zum ersten Mal war die Heimat der weltmeisterlichen „Hornochsen“ Austragungsboden einer Staatsmeisterschaft und bewies sich als heimliche Hauptstadt der österreichischen Wettkampfgriller.

Zwei Dinge waren am 8. Juni bei der Grillmeisterschaft in Horn nicht willkommen und blieben ihr auch weitestgehend fern: schlechtes Wetter und ebensolche Laune. An die 3.000 Besucher – und damit doppelt so viele wie erwartet – brachten viel Neugierde und gute Stimmung mit. Die Einbettung des Grillspektakels in das beliebte Horner Volksfest erwies sich somit als voller Erfolg.

Die 19 angetretenen Profi- und Freizeitteams aus Deutschland, Schweiz, Ungarn, Belgien und Österreich grillten um gleich drei Meistertitel: den der 3. Österreichischen Freizeit- und Familiengrillmeisterschaft, der 10. Österreichischen Grill- und Barbecuemeisterschaft und der 2. Internationalen Blue Danube Barbecue Championships. Die österreichischen Profigriller traten somit gleichzeitig bei einer nationalen und einer internationalen Meisterschaft an.

Während die Freizeitteams Grillkreationen vom Geflügel und Schwein zu zaubern hatten, bereiteten die Profi-Mannschaften ein fünfgängiges Menü, wobei die einzelnen Gänge im Stundenrhythmus abzugeben waren. Alle Profi-Teams hatten die gleichen Vorgaben für die fünf Gänge: Saibling, Lamm, Schweinsrose, Beiried und als Dessert eine Mehlspeise mit heimischen Früchten – und doch entstanden dabei variationsreiche Gerichte.

Das laut der über 100-köpfigen Jury delikateste und damit siegreichste Menü kam von den bisher „ewigen














Zweiten“ – den „Salzburger BBQ Bulls“ unter der Leitung von DI Helmut Karl, die sowohl in der nationalen als auch internationalen Profi-Wertung Platz Eins errungen. Teamchef DI Helmut Karl bekam außerdem auch noch den neuen Ehrentitel „Master of Austrian Barbecue“ von der ABA (Austrian Barbecue Association) verliehen. Diesen Titel für die Verdienste um die Grill- und Barbecuekultur erhielten außerdem auch der diesjährige Gastgeber Adolf Matzek (den wir dadurch als Wettkämpfer schmerzlich vermissten) und der Mitstreiter Ulrich Bernold, deren Teams auch noch ihr zehnjähriges Bestehen feierten.

Gleich mit dem ersten Antritt bei der Österreichischen Grill- und Barbecuemeisterschaft schafften es die „Alberndorfer Grill Bolzen“ mit ihrem – im übrigen AMA-zertifizierten – Teamchef Rupert Wegerbauer mit Platz Drei aufs nationale Stockerl. Den zweiten Platz national und dritten Platz international belegten die „Slow Food Gourmets Waldviertel“ unter der Leitung von Helmut Hundlinger. Michael Hoffmanns „Hela Grillteam Gutglut e.V.“ aus Deutschland grillte sich zum internationalen Vizemeister.

Der Sieg in der Freizeit- und Familien-Grillmeisterschaft ging nach Oberösterreich an Christian Gollenz und sein Team „Goli & Wirt aus der Rosenau“. Die anderen beiden Stockerlplätze gingen an zwei Horner Teams – die „Grilling Bulls“ mit Ewald Streicher und Phillip Aschauer und die „HoLaLo Grillers“ mit Andreas Kranzler und Georg Riegler.

Text: Claudia Schrutek









Wir Jäger und Sammler

Die klassische Ernährungspyramide, wie wir sie seit Jahrzehnten kannten, ist eigentlich Geschichte. Moderne Empfehlungen und Diätvorschläge setzen auf Obst, Gemüse, Fisch – und Fleisch.



Was der Volksmund immer wusste, bestätigt auch die Archäologie: Fleisch macht tatsächlich groß und stark. In Zahlen ausgedrückt: Nordeuropäische Ethnien, die im Zuge der Völkerwanderungen von Jägern zu Ackerbauern mutierten, büßten aufgrund der geänderten Ernährungssituation innerhalb nur weniger Generationen über 10 cm an Körpergröße ein. Und nivellierten ihr germanisches Gardemaß in der Spätantike bzw. im beginnenden Mittelalter auf die Durchschnittsgröße der alpinen und mediterranen Krieger (etwa 1.60 m bis 1.65 m). Der Historiker und Publizist Dieter Breuers bringt es auf den Punkt: „Wo es wenig Fleisch gab, gab es keine Hünen!"

Und auch heute führt die gute Versorgungslage unserer Wohlstandsgesellschaft ja nicht nur manchmal zu den bekannten Problemen des Überflusses, sondern auch ganz allgemein dazu, dass jede Generation der vorangegangenen gehörig über den Kopf wächst. Nur liegt heute unser Jagdgebiet selten in den Wäldern, sondern zumeist im Supermarkt. Wo der Jagderfolg gottlob garantiert ist.

Kein Jägerlatein. Und tatsächlich ist unser Verdauungssystem perfekt auf die Aufnahme von hochwertigem Eiweiß eingestellt, das einfach und effizient verarbeitet werden kann und am allerbesten in Fleisch und Fisch verfügbar ist. Der bekannte Lebensmitteltechnologe und Food-Ketzer Uwe Pollmer polterte im deutschen Fernsehen: „Hätte die Natur gewollt, dass wir uns vorwiegend von Rohkost ernähren, hätten wir einen Pansen!" Und überzeichnete damit eine Situation, die entwicklungsgeschichtlich bedingt ist. Denn tatsächlich sind wir in Sachen Verdauung organisch noch fast die gleichen wie jene, die in ihren Wandmalereien über Zigtausende von Jahren Antilopen und Mammuts verewigten. Und fast nie Gemüse. Von Margarine, Schokolade und Sojalaibchen ganz zu schweigen, von denen ja überhaupt erst seit dem 20. Jahrhundert die Rede ist.

Eine wirklich ideale Ernährung ist aber ganz offensichtlich die synergetische Kombination von möglichst hochwertigen, möglichst natürbelassenen und möglichst frischen Lebensmitteln wie etwa Fleisch, Gemüse und Obst, die allesamt unverzichtbar sind.

Echter Vollwert. Mit rund 21% Gehalt an besonders hochwertigem Protein ist mageres Fleisch natürlich einer der besten Eiweiß-Lieferanten unter allen Lebensmitteln, mit einem durchschnittlichen Fettgehalt von 1-4% dabei alles andere als eine Kalorienbombe. Schon eher eine Vitaminbombe, denn besonders jene der B-Gruppe enthält Rindfleisch in großen Mengen, aber auch die Vitamine A, D und E. Und bei den Mineralstoffen und Spurenelementen ist Rindfleisch ebenfalls ein Topscorer. Mit 240 g Tafelspitz deckt ein erwachsener Mann beispiels-

Schweinefleisch kann Cholesterinspiegel senken!



Dass der regelmäßige Verzehr von magerem Schweinefleisch den Cholesterinspiegel signifikant senken kann, zeigt eine Studie des „Instituts für Ernährung und Stoffwechselerkrankungen Laßnitzhöhe" unter der Leitung von Prim. Dr. Meinrad Lindschinger. Bei Männern lagen die Absenkungen bei durchschnittlich 5%, beim „bösen" LDL-Cholesterin sogar bei rund 15%.
Was jedoch zu keiner einseitigen Ernährung verleiten sollte, denn „je abwechslungsreicher und bunter, desto besser ist auch der Mix an Nähr- und Mineralstoffen!" lautet das Credo von Dr. Lindschinger und Coautorin Birte Karalus in ihrem jüngst erschienenen Buch „Iss dich schön, klug und sexy mit Functional Eating".



weise bereits seinen kompletten täglichen Zinkbedarf, mit 300 g sogar die gesamte durchschnittlich benötigte Eisenmenge. Theoretisch, denn es ist natürlich gar nicht notwendig, solch große Fleischportionen zu essen, wenn man sein Steak mit anderen hochwertigen, pflanzlichen Lebensmitteln kombiniert.

Fettnäpfchen. Viele Produkte werben unermüdlich mit dem Umstand, kein Cholesterin zu enthalten – vor fettem Fleisch wird hingegen oft gewarnt! Wahr ist jedoch, dass selbst reines Schweineschmalz kaum Cholesterin enthält, ganz zu schweigen von mageren Steaks. Das ist also offensichtlich ein Scheinargument. Was nicht heißen soll, dass sich übermäßiger Konsum von Schweinsbraten und Salami nicht im Cholesterinspiegel reflektiert. Doch das gilt für alle Fette, ob mehrfach ungesättigt, kaltgepresst, gehärtet oder versteckt. Die aber vor allem extrem energiereich sind und Verbrennung durch körperliche Leistung erfordern.
Jedoch ist diese Energie nicht so leicht verfügbar wie bei manchen Kohlenhydraten und lagert sich auch nicht so leicht an unseren Problemzonen ab. Nicht zuletzt gestatten moderne Diäten ihrer Klientel auch den Tritt ins tierische Fettnäpfchen. Das übrigens auch bei Fleisch mehrfach ungesättigt sein kann – und zwar besonders bei extensiver Haltung. Denn „Bei Weidehaltung, bzw. Heu-Gras-Silagefütterung“, so der Nutztierwissenschafter Prof. Alfred Haiger in einer aktuellen Publikation, „ist der Gehalt der erwünschten mehrfach ungesättigten Omega-Fettsäuren im Rindfleisch zwei- bis fünffach höher als bei herkömmlichem Maissilage-Kraftfutter!“



Text: M. Schubert



Griller-Queen

So ab und an, wenn der Adlboller-Jack – Sie wissen ja: Der Adlboller-Jack heißt zwar richtigerweise Rudolf mit Vornamen, aber wir sagen deswegen alle Jack zu ihm, weil er immer alles so gerne checkt – gefühlsmäßig Gnade vor Prinzip walten lässt und er das eine oder andere Vollweib an sich heran lässt, dann unterwirft er sie gleich zu Beginn der Beziehung immer demselben Härtetest: Er lädt zum Grillfest, lädt dazu alle seine Freunde, also uns, ein, spielt den Oberchecker und lässt die Neue arbeiten. Er selbst gibt nur Anweisungen – kurz, präzise, unmissverständlich: „Do des Dings muasst no eidingsn, owa nicht zu knapp mitn Chili, waast eh, mir homs gern schoaf, haha!“ Oder: „Waunst daun in Rost uandlich putzt host, kaunst glei die Brigets auhazn – mia woatn ned gern, gö?“
Er selbst, so argumentierte er zumindest, müsse sich um höhere Aufgaben kümmern, dass die Bierdoserln rechtzeitig in den Tiefkühler wandern zum Beispiel, auf dass sie dann „sche owizischn tan, die Biertschi“. Seiner Sonja, so hieß die momentan Aktuelle, zeigte er das Lavoir mit den Koteletts und den Würsteln, das Billigöl und die namenlose Grillgewürzmischung und meinte lapidar: „Du mochst des scho.“ Mit einem eher süffisant gehaltenen „Aber sicher doch“ entschwand Sonja mit allen Zutaten und einigen ominösen Styropor- und Kunststoffgebinden in der Küche.



Von Alfred Koholek

Als sie dann überaus liebevoll und ideenreich den Tisch dekorierte, ei gar köstliche Salate und Beilagen auftrug, einen Riesen-Weidekorb mit noch dampfendem Gebäck dazustellte und uns Boccia spielende Meute zu Tische rief, staunte auch der Adlboller-Jack nicht schlecht: „Ka Bröserl, die Oide, hobts die Ribs gseng und die Hendlfliagal und die großn Brodn? Des hob i jo ois ned eikauft – heast wo host denn des her, Sonja?“
Naja, da erzählte sie dann, dass sie vierfache Staatsmeisterin im Grillen sei und dass man sie allerorts nur unter Griller-Queen kenne. Und dass sie bei ihm, dem Adlboller-Jack, heute sicher zum letzten Mal gegrillt habe. Wir hingegen seien herzlich eingeladen, zu ihr nach Hause, auf die Killer Queen Ranch.



Adi Matzek, Grillweltmeister und mehrfacher Staatsmeister



Johann Stabauer, gerichtlich beeideter Sachverständiger und Grilltrainer-Ausbildner

Sie fragen – Profis antworten

Über die Website des AMA-GrillClubs erreicht unsere Experten eine große Zahl von Fragen zum Grillen - und oft auch darüber hinaus. Die Antworten erfolgen direkt und so prompt wie möglich, dennoch wollen wir Ihnen die häufigsten und interessantesten auch als kollektiven Lesestoff bieten.

F *Alufolie besitzt ja in der Regel zwei Seiten, eine glänzende und eine matte. Kann es sein, dass bei der Verwendung der falschen Seite meine Cevapcici auf der Folie kleben bleiben?*

A Diese Frage ist eine der am meisten gestellten bei Grillseminaren. Ich empfehle immer, das Produkt - egal ob Fleisch oder Gemüse - auf die glänzende Seite zu legen und diese vorher noch leicht mit Öl zu bestreichen. Es macht wenig Sinn, die glänzende Seite zur Glut zu geben, da dabei die Hitze stärker reflektiert wird, außerdem bleibt auf der matten Seite das Grillgericht (aus Erfahrung) tatsächlich viel leichter kleben.

F *Mir hat Ihr Magazin GrillZeit sehr gut gefallen, die Tipps und Tricks sind einfach super. Trotzdem noch eine Frage: Wir sind Gas-Grill-Neulinge und haben bisher, zum Verhindern des Abtropfens, immer mit Alutassen gearbeitet. Da es beim Gasgrill ja keine Glut gibt, kann ich bei diesen Geräten gefahrlos direkt auf dem Rost grillen?*

A Sie haben recht – beim direkten Grillen mit Gas können keine krebserregenden Stoffe entstehen, da die Gasflamme abgedeckt ist und der austretende Fleischsaft bzw. Fett nicht direkt in der Glut verbrannt wird. In einer Alu-Schale zu grillen macht außerdem nur halb so viel Spaß wie direkt am Rost.

F *Wie mache ich Pizza im Kugelgrill mit Holzkohle?*

A Am besten mit einem Pizzastein. Es gibt dazu von Outdoorchef einen ganz tollen Schamottstein, der sich vor allem bei rohem Pizzateig und auch sonst hervorragend eignet. Wichtig ist das Vorheizen auf ca. 200°C, dann kann eigentlich nichts mehr schief gehen und die Pizza schmeckt wie beim Italiener!

F *Liebe Grillprofis! Wir sind seit kurzem stolze Besitzer eines Gasgrillers und wollen nun eine Schweinsstelze grillen. Leider haben wir dazu kein Rezept gefunden. Können Sie uns bitte weiterhelfen?*

A Ganz einfach – die Schwarte der Stelze mit der Messerspitze etwas einritzen, mit Schweinsbratengewürz einreiben und dann bei ca. 200°C unter mehrmaligem Bepinseln mit Marinade (1/3 Öl, 1/3 Gewürzmischung, 1/3 Bier) ca. 1 Stunde grillen.

F *Das Fleisch bleibt am Holzspieß immer haften – was gibt es für Alternativen?*

A Es gibt auch Metallspieße – aber auch kurzes Einlegen von Holzspießen in Öl oder Wasser schafft Abhilfe.

F *Ich habe schon des öfteren gehört, dass Grillprodukte mit Schweinsnetz umhüllt besser schmecken (u.a. in der letzten GrillZeit). Wo bekomme ich ein Schweinsnetz?*

A Am besten beim Fleischermeister Ihres Vertrauens. Wenn nicht vorrätig, so kann er leicht welches besorgen. Das Schweinsnetz lässt sich ganz einfach im tiefgekühlten Zustand auf Vorrat halten.

F *Grillen macht schlank – ist das nur ein Gag (wie in der letzten GrillZeit beschrieben) oder stimmt das wirklich?*

A Grillen kann Ihr Übergewicht gefährden – da ist wirklich was Wahres dran! Das bestätigen auch viele Ernährungsexperten. Grillen wird von ihnen auch deshalb besonders empfohlen, da das Fett abtropft und das Grillgut nicht noch Fett aufnimmt - wie in der Pfanne oder im Backrohr.

F *Manche Grill-Briketts sind aus Braunkohle. Ist das wirklich empfehlenswert?*

A Tatsächlich sind Markenprodukte hier unbedenklich, persönlich würde ich Ihnen – auch aus Gründen des Aromas – eher zu Holzkohle- oder Kokos-Briketts raten. Letztere werden auch besonders heiß.


LGV
Schönes Gemüse
www.lgv.at
PUBLICIS
So schön,
so gut.
Schönes Gemüse von LGV-Frischgemüse reift und gedeiht in der „Sonnenregion Ostösterreich", zeugt von bester Herkunft, höchster Qualität und ausgezeichnetem Geschmack. Noch mehr schönes Gemüse gibt es auf www.lgv.at
VON DER EUROPÄISCHEN GEMEINSCHAFT UND VON LGV-FRISCHGEMÜSE FINANZIERTE KAMPAGNE.



Wieviel Messer braucht M

Die Wahrheit liegt in der Mitte zwischen dem Sonderangebot vom Shopping-Kanal und dem handgeschmiedeten Damaststahl.

Text: Michael Schubert

Die Frage nach dem ultimativen Messer hat schon Beziehungen und Bankkonten in die Krise geführt. Denn offensichtlich können sich insbesondere Männer für edle Klingen begeistern und ein kleines Vermögen auf die Magnetleiste hängen. Das liegt aber nicht (nur) an den Genen des Kriegers, sondern meist auch an den handfesten Vorteile eines wirklich guten Messers.

Auf Messers Schneide. Es ist traurig, aber wahr: Die allerschärfsten Klingen sind nicht rostfrei, sondern aus sogenanntem „Kohlenstoffstahl“, der entsprechend gepflegt werden will und zudem bruchgefährdet ist. Sowie nicht wirklich geschmacksneutral. Zwiebelgeruch etwa bleibt tagelang daran hängen. Haben diese Messer dann auch noch edle Holzgriffe, sind sie nur mehr ausgewiesenen Liebhabern zu empfehlen – diesen jedoch wärmstens.
Ein Kriterium für die Klingenschärfe ist neben dem Schliff jedenfalls die Härte des Stahls, der aus obgenannten Gründen bei teuren Messern oft auch mehrlagig verarbeitet ist. Ein spröder, stark kohlenstoffhaltiger Kern wird dabei von korrosionsresistenten und elastischen Schichten geschützt. Gemessen wird die Härte in „Rockwell“, wobei Klingen von über 60 HR als besonders hart gelten dürfen, aber auch 66 und mehr HR am Markt zu finden sind. Wenn Sie es aber allzu hart angehen, handeln Sie sich neben hoher Schnitthaltigkeit auch die Arbeit am Schleifstein ein, wenn das Messer dann doch einmal stumpf wird. Und diese Schleiferei ist nicht nur sehr aufwendig, sondern will auch gelernt sein. Ausschließlich etwas für Kenner und Spezialisten.
Recht scharf und resistent gegen angriffige Stoffe sind auch Keramik-Klingen, die aber extrem leicht zu Bruch gehen und nur vom Fachbetrieb nachgeschliffen werden können - und damit so gar nicht in unser Beuteschema passen.
Denn da unsereiner ja bereits ein Hobby hat – nämlich das Grillen – beschäftigen wir uns hier ausschließlich mit hochwertigen, jedoch möglichst unkomplizierten Messern, die der rauen Umgebung der Freiluftküche gewachsen sind und uns das Leben in jeder Hinsicht erleichtern. Dazu gehört neben einer guten Schnitthaltigkeit auch, dass sich das Messer einfach nachschleifen lässt. Zwischendurch wird dessen Schneide einfach am „Streicher“ (Wetzstahl) wieder aufgerichtet. Manche Solinger Hersteller bringen ihre Stähle deswegen nach dem Härten wieder auf rund 55–58 Rockwell „herunter“.







Ultimativ. Ein gutes Messer fühlt sich auch in der Hand gut an und soll nicht zu leicht sein. Profis stellen die Gewichtsbalance des Messers und die Haptik des Griffes vielleicht sogar noch über dessen Schärfe. Denn davon und vom Schliff hängt auch die richtige Schnittführung ab. Schlechte Messer erkennen Sie deshalb auch daran, dass Ihre Brotscheiben und Schnitzel nie gleichmäßig, sondern eher keilförmig werden. Und wenn Sie am Grill alle Hände voll zu tun haben, sind auch ihre Hände voll. Mit Öl, Marinade, Fleischsaft oder wie immer. Rutschige Messergriffe sind hier die Pest.
Gute Messer sind geschmiedet und zwar aus einem Stück. Die Klinge findet also als „Erl" ihre Fortsetzung im Griff, der fugenlos daran genietet ist. „Bart" und „Messerkropf" trennen Klinge und Griff. Nach dem Verwendungszweck richten sich Klingenform und -größe. Sowie auch nach den persönlichen Vorlieben des Benutzers, die allerdings nicht immer zweckdienlich sind. Vielen Frauen etwa kann ein Messer ja gar nicht klein genug sein – Niedlichkeit statt Bedrohlichkeit ist allerdings kein brauchbares Motiv um einen ordentlichen Schnitt zu führen. Dafür braucht es eine Klinge, die das Schnittgut so weit überragt, dass man sie darüber ziehen kann. Den Rest erledigt ein gutes Messer dann fast von alleine.

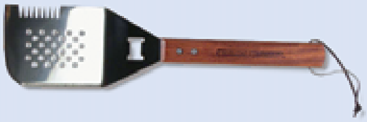
Portfolio. Also ist das wichtigste Messer für uns Grill-Freunde ein ordentliches **Kochmesser,** auch „Chefmesser" genannt, das in den Händen eines Könners nahezu alle Aufgaben erledigen kann. Gebräuchlichste Klingenlänge sind ca. 20 cm, der großen Braten und Fleischteile am Grill wegen aber bevorzuge ich Kaliber mit rund 24 cm. Dafür habe ich dann auch noch ein relativ kurzes Kochmesser (ca. 16 cm Klingenlänge), dessen stärkere Schneiden-Rundung auch ideal dafür ist, Kräuter zu wiegen und Knoblauch zu hacken.
Ein weiterer Bestandteil der Grundausstattung ist das sogenannte **Office-Messer** für feinere Arbeiten, fürs Gemüse, aber auch zum Spicken. Dafür sollte die Klinge jedoch nicht allzu hoch sein. Ein **Filiermesser** mit elastischer, aber nicht allzu langer Klinge ist ebenfalls sehr zu empfehlen, um Hühnerbrüste gekonnt auszulösen, Lachsfilets zu enthäuten, oder schlicht dünnste Scheiben vom gekochten Erdapfel zu schneiden, ohne dass diese brechen. Ein gutes **Brotmesser** mit Wellenschliff schneidet nicht nur Backwaren richtig, sondern ist auch für manche Gemüsesorten sehr praktisch. Und wer sich seine Fleischteile selber zurichtet, kommt nicht um ein **Ausbeinmesser** herum. Schön wären natürlich auch noch ein **Hackmesser,** ein **Schälmesser,** ein **Santokumesser** (vielleicht sogar mit Kullenschliff), ein **Tranchiermesser,** ein **Buntschneidenmesser,** usw. usf. Die Bratengabel und den Wetzstahl nicht zu vergessen.
Auch ganz ohne Fetischismus bringt man es so leicht einmal auf ein Dutzend dieser Unentbehrlichkeiten.
Zu den Messern gehört dann natürlich auch die adäquate Schneidfläche, die aus Holz oder Kunststoff sein muss. Kleine für die Knoblauchzehe, große für den Truthahn – womöglich mit Saftrinne. Völliger Unfug sind Schneidbretter aus Glas, Stein oder Keramik. Damit ruinieren Sie selbst die härteste Schneide in Kürze.

Aufbewahrung. Gute Messer einfach in die Lade zu den anderen Küchenutensilien zu legen, ist fahrlässig, denn die Schneiden sind empfindlich. Also ist strenge Einzelhaft anzuraten. Wenig halte ich aber von den dafür gängigen Messerblocks. Denn zum einen graust mir immer ein wenig vor jenen Dingen, die (vielleicht) in dessen Schlitzen leben. Und zum anderen sieht man oft nicht auf den ersten Blick, welche Klinge am Griff hängt. Das ist besonders dann lästig, wenn die Messersammlung wächst. Einfachster Ausweg aus der Misere sind die eingangs erwähnten Magnetleisten, an denen man nach Lust und Laune nach Typ, Farbe oder Vorliebe gruppieren kann. Wichtig ist hier allerdings, das Messer über den Rücken von der Leiste zu nehmen, um stets die Schneide zu schonen. Genau aus diesem Grund schiebt der Profi auch sein Feingehacktes mit dem Messerrücken vom Brett und nicht mit der Schneide. Profiköche bewahren ihre kostbaren Geräte aber auch gerne in weichen Wickelfutteralen auf.

Double Rack. Bei Barbecue-Point (www.barbecue-point.at) gibt es nun für GrillClub-Mitglieder zum Sonderpreis von € 18,90 ein Rib Rack mit Doppelfunktion als Bratenhalter. Die heiße Luft zirkuliert so besser um das Grillgut, wodurch es knuspriger wird ohne zu verbraten.



All in one. Dieses Grillwerkzeug ist ein kleines Multitalent –



es kann heben, wenden, schneiden und nicht zuletzt auch des Grillmeisters Bierflasche öffnen. Außerdem sieht die Edelstahl-Rosenholz-Kombination auch noch gut aus und ist bei Barbecue-Point für GrillClub-Mitglieder zum Spezialpreis von € 9,90 statt € 12,90 erhältlich. www.barbecue-point.at

Banika. Der „Banika“ des belgischen Grillproduzenten barbecook ist ein Grill, der über einen elektrischen Drehspieß und einen Grillkorb verfügt – das Grillgut wird durch die Drehung gleichmäßig gegart und bleibt damit schön saftig. Und durch die vertikale Anordnung der Holz- oder Holzkohlenglut, kann kein Fett ungesund verbrennen. www.barbecook.com



American Style. Die in Schottland ansässige Firma Baxters erhielt im letzten Sommer die Lizenz zur Herstellung von vier „Barbecue Saucen“ unter Verwendung des original „Jack Daniel‘s“-Whiskey – und dessen Markennamen. Die Saucen in den Sorten „Smooth Original“, „Rich Honey“, „Hot Chilli“ und „Full Flavour Smokey” gibt es in der 275ml-Glasflasche.



Extra fruchtig. „Saclà Pomodori al forno Capperi” sind geschälte Ofentomaten mit Kapern und Knoblauch. Die sonnengereiften Pflaumentomaten werden geschält und dann behutsam in einem speziellen Ofen gebacken und sind, zusammen mit den Kapern und Knoblauch, in eine mediterrane Marinade eingelegt. Dadurch wird der fruchtige Tomatengeschmack noch intensiviert.



Kraftvoll. Im „Ölz Keimkraft Toast” steckt die natürliche Kraft des Keims. Denn für dieses Toastbrot verwendet der Meisterbäcker eine Mehl-Komposition mit wertvollen Pflanzenkeimlingen, wodurch jede Scheibe extrem



reich an Vitaminen und Spurenelementen ist – und zwar nicht durch Vitaminzusätze, sondern 100% natürlich.

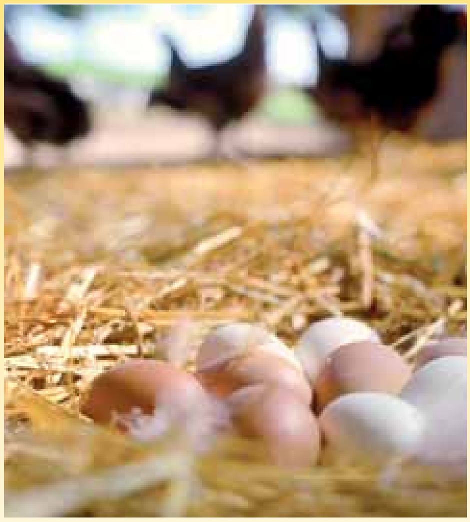
Gut vorbereitet. Wer das Glück hat, in Besitz einer Metro Cash & Carry-Karte zu sein, der findet dort ab sofort ein neues und besonders hochwertiges Sortiment an fertig gewürzten und wunderschön hergerichteten Fisch- und Meeresfrüchte-Spezialitäten. Schon eine kleine Auswahl aus dem 80 Produkte umfassenden Frischfisch-Angebot macht ordentlich Appetit. „Jakobsmuschel-Garnelen Duo“, „Grillspieß rote Meerbarbe Limette“, „Lachsfilet Zitronengras-Spieß“ und viele weitere, meist mit frischen Kräutern verfeinerte Kreationen bringen reichlich Abwechslung bei null Zeitaufwand in die Grillparty. Und vielleicht sehen wir dieses innovative Fisch-Angebot ja demnächst auch im Supermarkt...



Feurige Pute. Mit dem „Puten Salsa Griller“ offeriert Landhof innerhalb seines „Griller“-Sortiments jetzt auch eine Alternative aus reinem Putenfleisch. Gewürzt mit Paprika, Chili und Knoblauch, ist dieses neue Grillprodukt pikant und feurig im Geschmack - und außerdem mit nur 12% Fett sehr leicht. Die fixfertig gewürzten „Puten Salsa Griller“ sind in der 275g-Packung (5 Stück) erhältlich.



Ei und Ei ist nicht einerlei



Hühnereier sind Global Player. Egal ob die Hennen russisch gackern oder chinesisch, sächsisch oder mit steirischem Dialekt äußerlich ähnelt sich ihr Gelege sogar auf den zweiten Blick wie ein Ei dem anderen.

Das Gelbe vom Ei. Abgesehen von den Grundwerten eines Eies als besonders hochwertiges Nahrungsmittel unterscheiden sich die inneren Werte der verschiedenen Ei-Herkünfte signifikant. Sind sie doch abhängig von Rasse, Haltung, Fütterung und vom verantwortungsvollen Verzicht auf problematischen Medikamenteneinsatz. Dinge, die man (wie den verbreiteten Einsatz von Fischmehl in der Fütterung) oft sogar schmecken kann, die jedoch sonst oft nur durch professionelle Analysen nachweisbar sind. Außerdem ist in Österreich die Käfighaltung ab 2009 verboten – nicht aber ist das der Verkauf von Käfigeiern!



Also kann es uns nicht wirklich egal sein, woher das Ei auf unserem Steak oder in unserem Eierbecher stammt. Oder das in unseren Nudeln, im Gugelhupf, den Schwedenbomben, in der Panier unseres Schnitzels, etc. ... Eier sind also nicht nur zu Ostern versteckt, sondern werden von uns – quasi inkognito – auch mit einer Unmenge von Lebensmitteln unbewusst verzehrt. Hier liegt es an uns, diese Dinge zu hinterfragen – was zugegebenermaßen nicht immer ganz leicht ist.

Passport. Ein Leichtes ist es jedoch, die Identität eines Frischeies zweifelsfrei festzustellen. Denn mit der EU-weit gültigen Einzel-Ei-Kennzeichnung ist jedes einzelne Ei mit den wichtigsten Daten bestempelt – oder aber Schwarzmarktware, von der man am besten die Finger lassen sollte. Und wer ganz auf Nummer Sicher gehen will, greift zum Frischei mit dem AMA-Gütesiegel. Dieses steht für eine alternative Haltungsform (also Boden- oder Freilandhaltung) und für nachvollziehbare Herkunft, garantiert aber auch noch hohe Qualitätsstandards durch regelmäßige Kontrollen von Hygiene und Tierschutz sowie Salmonellen-Freiheit.



Klassengesellschaft. In den Handel kommen nur österreichische Eier der Güteklasse A. Ansonsten wird nach Gewicht (=Größe) unterschieden. Wie im richtigen Leben der Konfektionsgrößen steht S für kleine Eier (unter 53g), M für mittelgroße (bis 63g), L für große (63 bis 73g) und XL für alles darüber.

Diese Größenunterschiede ergeben sich nicht etwa durch verschiedene Rassen, sondern meist durch das Alter der Tiere. Junghennen legen mehr, aber auch kleinere Eier als reifere Hühner. Die Farbe der Eier hingegen ist sehr wohl eine Frage der Genetik. Weiße Eier legen reinrassige Hühner mit weißen Ohrläppchen, braune Eier hingegen Rassen deren Ohrläppchenfarbe rot ist. Qualitativ macht das keinerlei Unterschied, außer dass sich weiße Eier zu Ostern besser färben lassen.



Mehr Infos unter www.rund-ums-ei.at.

Die Einzel-Ei-Kennzeichnung



So knacken Sie den Code auf der Schale:

- Die Zahl am Anfang des Codes gibt die Haltungsform an. 0 steht für Bio, 1 für Freilandhaltung, 2 für Bodenhaltung und 3 für Käfighaltung.
- Die beiden Großbuchstaben kennzeichnen das Herkunftsland. AT bedeutet Österreich, DE Deutschland, NL die Niederlande usw. Ähnlich wie auf dem Auto.
- Die nächste mehrstellige Nummer steht für den Bauernhof, wo das Ei gelegt wurde. Anhand dieser könnte man bei Bedarf ein eventuelles Problem bei der Wurzel packen.
- Nicht immer, aber immer öfter – trägt das Ei auch sein Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) auf der Schale.


LÖSCHT DEN DURST. UND IM NOTFALL AUCH DEN BRAND.
WENN DIE KAN ALMDUDLER HAB'N, GEH' I WIEDER HAM!
Almdudler